



NO. 4 児童数

南郷小保健室

令和8年7月21日

保護者のみなさまへ

いよいよ今週で1学期が終了します。今月は気温も湿度も高い中で、水泳学習や宿泊行事などもやり遂げ、1学期のまとめの学習を頑張っていました。

子どもたちの健康状態としては、今月は連日、かぜでの欠席は数名です。(少ないですが「溶連菌感染症」「水痘(水ぼうそう)」の報告もあります。)他校では水痘の件数が多かったり、報道では「手足口病」の感染者数が警報レベルと伝えられていたりしますので、夏休みに入っても引き続き、体調の変化に留意しながらお過ごしください。今後、夏かぜ(※)とよばれる感染症にも注意が必要になってきます。

毎日の健康観察や衣服の調整、水筒の準備など、御協力ありがとうございました。

※代表的な夏かぜ→ヘルパンギーナ・手足口病・咽頭結膜熱(プール熱)



水痘(水ぼうそう) 出席停止期間…発疹が痂皮化する(かさぶたになる)まで

◆主な症状…水疱(水ぶくれ)・38℃前後の発熱(出ない場合もあり)

全身に直径3～5mm程度の盛り上がった赤い発しんが現れ、数日にわたり次々と現れ、急性期には紅斑、丘疹、水疱、痂皮(かさぶた)のそれぞれの段階の発疹が混在し、全ての発疹が痂皮化するまで6日程度かかります。

◆感染経路…「空気感染」「飛まつ感染」「接触感染」

◆潜伏期間…10～21日間

ワクチン接種済みの人もかかることはありますが、発疹の数が少なく、軽症で終わることが多い、とされています。

夏に多い子どもの感染症

7月は子どもの感染症が急激に増えます。
手洗い・うがい・十分な睡眠で予防を心掛けましょう。

ヘルパンギーナ 38～40度の発熱、のどの痛み、食欲不振、口の中の水疱など	手足口病 口の中、手のひら、指、足の裏の水疱など	咽頭結膜熱(プール熱) 38～39度の発熱、頭痛、のどの痛み、目の充血など
---	------------------------------------	---

こんな症状が見られたら、まずは病院を受診してください。
家庭ではこまめな水分補給をお願いします。

就学援助を受けられている御家庭の方へ

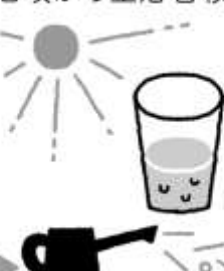
夏休み中に医療券の使用予定(虫歯の治療など)がある場合は24日(金)の朝までにお知らせください。

なんごうしょう
南郷 小 のみなさんへ

もうすぐ楽しいな夏休みになりますが、学校がないからといって、生活のリズム（はやね→はやおき→あさごはん）をくずし過ぎないようにしましょう。夏休み中も病気やけがなく過ごしてね。

暑さの本番がやって来る!

7月には小暑と大暑という、季節をあらわす言葉があります。小暑は暑さがだんだんと強くなっていくころ、大暑は暑さが本格的になるころという意味です。暑さが本格的になるということは、熱中症になりやすい時季が来たということです。水分や塩分が足りないときや、体調がよくないとき、睡眠不足のときは熱中症になりやすいです。日頃から生活習慣をととのえ、水分等のほきゅうも忘れずに過ごしてくださいね。




ゲームや動画ばかりの生活にならないように!

家族の一員として、できるお手伝いをしよう!

**犯罪やトラブルに巻き込まれないよう
SNSの落とし穴に注意して!**



それ、本当にアップしても大丈夫ですか?
(個人情報、他の人が写った写真、悪口の書き込みなど)

SNSの情報にはウソやデマもあります。
真偽を見極める力をつけましょう。

SNSで知り合った人と安易に会ったり、写真を送ったりするのはとても危険です!

SNSは、保護者の管理の下、使用・視聴するように、あらためて御家庭でルールの確認をお願いします。