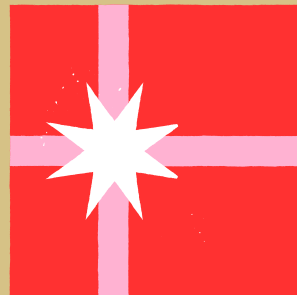


ほけんだより 12月

2025.11.28 札幌市立西野小学校



発表会後にインフルエンザA型の報告が急に増えました。11月は、他に百日咳とマイコプラズマ肺炎の報告もあり、複数の病気に同時に感染する場合もあるようです。



インフルエンザの出席停止期間は…

発熱した日、解熱した日をそれぞれ0日目と数えるのがポイント



発症日の翌日から5日間、解熱した日の翌日から2日間が出席停止期間です。

欠席連絡の際は、A型かB型か、主な症状なども併せてご連絡いただくと流行状況の把握に役立ちます。ご協力をお願いします。



冬に流行する胃腸炎

汚物の処理法

- ✓ マスクや手袋着用
- ✓ 汚れた衣類は100倍に薄めた塩素系漂白剤に5~10分浸す、または85℃以上のお湯に2分以上浸す
- ✓ 汚れた場所は薄めた塩素系漂白剤などで消毒



脱水症状が心配ですが、ゴクゴク飲むと、それが刺激になり再び嘔吐してしまうことも…。水分は少しずつ何度も飲む、氷を舐める、などがおすすめです。水分を取るのが難しいときは、早めに医療機関へ。



おすすめの風邪予防は？ 子どもたちに聞いてみました

予想どおり『手洗い』が1位でした。王道の『手洗い』に迫ったのが、4票差で2位の『寝る』でした。

保健室に来室した子の生活の様子から、早めに寝ている子がとても多い印象があります。それが西野っ子の元気の一因なのでは？と思っています。



ご確認ください

スポーツ振興センター

スポーツ振興センターの給付金申請は、受診の翌月から2年間の間に行う必要があります。請求予定の書類はお早めに提出をお願いいたします。