



ほけんだより 2月

R7.2.7 (金)
館林市立美園小学校
保健室

早いもので、年があけてから、1ヶ月がすぎました。感染症が流行し、本校でも学級閉鎖のクラスが続いています。みなさんは、風邪等は引いてないですか？寒くて、手をあらうのがいやだ。。。と思う人も多いかもしれません、冬は、様々な病気が流行する季節です。毎日、石けんで手洗い・うがいをしっかりと行き、規則正しい生活をしましょう。

～インフルエンザ・コロナウィルスがひろがっています～

インフルエンザ

A型



潜伏期間：1日～3日

症状：38度以上の高熱、

だるさ、頭痛など

インフルエンザ

B型



潜伏期間：1日～3日

症状：発熱、腹痛、下痢など

コロナウィルス



潜伏期間：2日～4日

症状：発熱、咳、のどの痛み、だるさなど

登校日に「療養報告書」が必要になります！

(保護者が記入します。学校のHPからダウンロードまたは学校に取りにきてください)

インフルエンザ	
保護者様	（様式1） 月 日
インフルエンザによる出席停止の通知書	
館林市立美園小学校 校長 江尻 貴之	
<p>お子さんは、インフルエンザのため、学校保健安全法第19条により、他の人に感染させる恐れのある期間は、出席停止とします。インフルエンザの出席停止期間の基準は下記とおりです。</p> <p>（インフルエンザの出席停止期間の標準） 「発熱した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日（幼児にあっては3日）を経過するまで。」</p> <p>インフルエンザと診断を受けた場合は、十分発熱し、回復してから登校するようにしてください。また、発熱にあたっては、医師の指導のもと、発熱の方の下記記載の「インフルエンザにおける療養報告書」を記入し、学校に提出をお願いします。（なお、医師の判断により5日を経過せずに発熱が止まらない場合は、治療監視書の提出が必要となります）。</p>	
<p>（保護者が記入）</p> <p>学校長様 インフルエンザにおける療養報告書 年 月 氏名</p> <p>1. 診断を受けた医療機関： 2. 診断日：令和 年 月 日（診断型：A型 B型 不明） 3. 登校再開日：令和 年 月 日 (登校再開には下記の出席停止期間の基準1と2の両方を満たす必要があります)。 ※下記に「発症日」と「解熱した日」を記入してください。</p> <p>出席停止期間の基準</p> <p>1. 発症日：月 日 2. 解熱した日を0日とし、翌日から経えて2日（幼児にあっては3日）を経過している。</p>	
<p>上記のとおり記入できません。</p> <p>令和 年 月 日 保護者氏名 印</p>	

コロナウィルス	
保護者様	（様式1） 月 日
館林市立美園小学校 校長 江尻 貴之	
<p>学校感染症に罹患している場合、学校保健安全法第19条の規定により出席停止となります。新型コロナウィルス感染症による出席停止期間の基準は次のとおりです。</p> <p>（新型コロナウィルス感染症による出席停止期間の基準） 発症した後5日を経過し、かつ、症状軽快した後1日を経過するまで。</p> <p>新型コロナウィルス感染症に感染した場合は、十分発熱し、回復してから登校するようにしてください。また、発熱にあたっては、医師の指導のもと、発熱の方の下記記載の「新型コロナウィルス感染症における療養報告書」を記入し、学校に提出をお願いします。（なお、医師の判断により5日を経過せずに発熱が止まらない場合は、治療監視書の提出が必要となります）。</p> <p>※登校再開には下記の出席停止期間の基準1と2の両方を満たす必要があります)。 ※下記に「発症日」と「解熱した日」を記入してください。</p> <p>出席停止期間の基準</p> <p>1. 発症日：月 日 2. 発症日：月 日 3. 登校再開日：月 日 （発症日の場合は身体休憩日）。 （発症日の場合は記入不要）。 （発症日の場合は記入不要）。 ※発症日は一般的には、発熱、咳、頭痛、鼻水などの症状が発始の日と、受診した場合は、医師が発症日を特定する。 ※2. 出席停止は、解熱後をもとに算出される。この期間は発症日を改善傾向があることを、医師が判断するまで、翌日から数えて2日を経過し、かつ、症状軽快日を0日として1日を経過していること。 ※新規コロナウィルス感染症とインフルエンザに同時に感染した場合は、両方の治療計画を講じること。 (インフルエンザの治療に期間の差、発症したままを経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで)。</p>	
<p>（保護者が記入）</p> <p>学校長様 新型コロナウィルス感染症における療養報告書 年 月 月 氏名</p> <p>1. 症状発現日：（1）発症日（※）、令和 年 月 日。 （2）医療機関名： 2. 症状発現日：（※）、令和 年 月 日。 （3）医療機関名：（※）、令和 年 月 日。 3. 症状発現日：（※）、令和 年 月 日。 （無症状の場合は記入不要）。</p>	
<p>令和 年 月 日 保護者氏名 印</p>	



ことばに「まほう」をかけよう

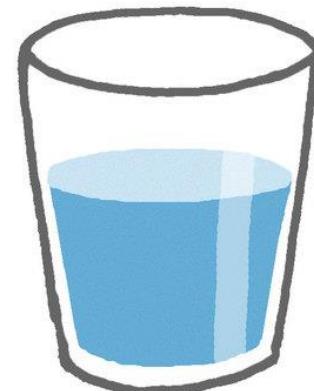


Q. コップの水の量みて、あなたは、どう思う？？

まだ半分もある



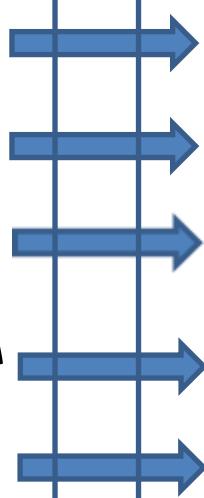
もう半分しかない



おなじものでも、みかたかんがかたによって、おおいんしうかわりますね。このように、べつみかたかんがかたおこな別の見方や考え方を行ふことを「リフレーミング」といいます。自分や、周りの人の良いところを見落とさないように、ポジティブに見ましょう！！

みなさんも、「リフレーミング」をしてみましょう！

- ・すぐおこる
- ・マイペース
- ・うるさい
- ・おちこみやすい
- ・なきむし



こたえあわせは、ほけんしつへ！