

ほけんだより 10月

令和5年10月3日
東京都立八王子西特別支援学校
校長 坂口 しおり
保健室 柳野・野間

秋分の日が過ぎ、日が暮れるのも早くなりました。日ごとに秋らしさが増しているように感じます。涼しい風も心地よく、過ごしやすい気温が続いています。日によっては肌寒いこともありますので、子どもたちの体調管理には十分に気を付けていきたいと思えます。

10月の保健行事

- 4日(水) 小高体位測定
- 6日(金) 小低体位測定
- 11日(水) 体位測定予備日
- 12日(木) 療育相談
- 16日(月) 中2宿泊前健診
- 25日(水) 高1薬物指導



療育相談の日程

お子さんの心身の状態とそれに伴う行動の理解・解決を目的として、学校医である精神科医との面談の場を設けています。

今年度の予定は以下の通りです。

- 11月9日(木) 14:30～
- 12月7日(木) 14:30～

夏休みの健康調査のご協力ありがとうございました。

新学期に提出をお願いした「夏休みの健康調査」の回収が完了しました。今年度は、風邪、てんかん発作、小さな怪我のほか、感染症に罹患したお子さんがみられました。おうちでのてんかん発作の様子などは、学校生活を安全に送るための大切な資料となります。今後も、お子さんの体調の変化や服薬調整等ありましたら、保健室までお知らせいただくと安心です。2学期もよろしくお願いいたします。

インフルエンザ予防接種 Q&A



Q いつ受ければいいの？

A インフルエンザの流行時期は12月～3月ごろ。ワクチン接種後に効果が現れるまでは2週間ほどかかるので、10月～11月に接種を受けましょう。

Q どうして毎年受けるの？

A 接種後、効果が期待できるのは約5カ月間。また、ワクチンはそのシーズンに流行が予想されるウイルスに合わせて作られています。そのため、毎年受ける必要があります。

Q どれくらい効果があるの？

A ワクチンを接種することで、発症を40～60%防げるとわれています。重症化予防にも効果があります。



これからの季節は感染症に注意！ 主な学校感染症一覧

今後、感染症が流行りやすい季節となります。お子様が「学校において予防すべき感染症」にかかった場合、学校保健安全法に基づいて、医師の指示する期間は登校を停止するようお願いいたします。また、登校を開始する際は、保護者の方が記入していただく治癒連絡票をご提出ください。（本校 HP からダウンロードできます。）



<主な学校感染症一覧（すべてではありません）>

病名	出席停止の期間（めやす）
新型コロナウイルス感染症	発症翌日から 5 日間かつ、症状が軽快した後 1 日を経過するまで
インフルエンザ（流行性感冒） ※新型インフルエンザ、鳥インフルエンザを除く	発症した後（発熱の翌日を 1 日目として）5 日を経過し、かつ解熱した後 2 日を経過するまで
麻疹（はしか）	解熱した後、3 日間を経過するまで
風疹（3 日はしか）	発疹が完全になくなるまで
水痘（みずぼうそう）	全ての発疹が皮化するまで（かさぶたになるまで）
流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫脹が発現した後 5 日間を経過し、かつ全身状態が良好になるまで
百日咳	特有のせきが消失するまで、又は 5 日間の適正な抗生物質製剤による治療が終了するまで
手足口病	発熱や喉頭・口腔の水疱・潰瘍を伴う急性期は出席停止、治癒期は全身状態が改善すれば登校可
咽頭結膜熱（プール熱）	発熱、咽頭炎、結膜炎などの主要症状が消失した後 2 日を経過するまで
溶連菌感染症	適正な抗菌剤治療開始後 24 時間を経て全身状態が良ければ登校可能
感染性胃腸炎	下痢・嘔吐症状が軽快し、全身状態が改善されれば登校可能
伝染性膿痂疹（とびひ）	出席可能（プール、入浴は避ける）



2 学期がはじまり、1 か月が経ちました。心の疲れや、身体の疲れを感じていませんか？保健室では、腹痛や頭痛でお休みするお子様が増えてきました。心が不調な時は体に症状が出ることがあります。体から出るサインを見逃さず、疲れたと感じた時にはゆっくりと休むことが必要です。