

ほけんだより

11月

令和7年11月1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・川畑

11月は日本の暦で霜月（しもつき）といいます。霜が降るほどに寒い季節になったということです。寒くなると、風邪をひきやすくなります。うがい、手洗いを忘れず、体調管理に気をつけて生活しましょう。保健室でも感染症対策に取り組んでいきます。

11月の予定*

- 10日（月）小低・体位測定
- 11日（火）療育相談
- 13日（木）小高・体位測定
- 18日（火）体位測定予備日

学校生活管理指導表について（該当者のみ）

10月に令和8年度用の学校生活管理指導表（アレルギー疾患用／心疾患・腎疾患用）を配布しました。お手数ですが、主治医の先生に御記入いただき、以下の日程までに御提出をお願いします。

食物アレルギー用：令和8年2月27日まで

心臓・腎臓疾患用：令和8年3月25日まで



もし感染症にかかってしまったら・・・

新型コロナウイルス感染症だけでなく、インフルエンザをはじめ、様々な感染症が流行する季節となります。集団感染の防止とお子様の症状の悪化を防ぐため、以下の方法において、保護者の方の御協力をお願いします。

その1：受診した医師に確認

「病名」、「学校を休む必要の有無」、「登校して良い日」を聞いてください。

その2：学校に連絡

「医師からの診断内容」、「いつまで学校を休むか」、「いつから登校予定か」、
「お子様の様子」を学校に御連絡ください。

その3：“治癒連絡表”的提出

学校感染症にかかった場合は欠席ではなく「出席停止」の扱いになります。
登校してもよいことがわかるように、保護者が記入して登校初日に
“治癒連絡表”的提出をお願いします。

※治癒連絡表は本校ホームページからのダウンロードが可能です。

保健室にも用紙がありますので、必要な方はお知らせください。

冬に流行する溶連菌感染症とは

溶連菌感染症は、溶血性連鎖球菌（ようけつせいれんさきゅうきん：略して溶連菌）という細菌がのどに感染して起こる病気で、5～15歳を中心に、幼児・学童期に多く発症します。冬に流行しやすい病気です。

【症状】

- ・始めに咽頭炎や扁桃炎といった、のどのかぜ症状がでます。
- ・39℃前後の急な発熱があります。
- ・発熱に続いてかゆみをもった小さな赤い発疹が出ることもあります。
- ・その後、舌がイチゴのように赤くブツブツした状態になる「イチゴ舌」の症状が現れます。



【検査】

溶連菌に感染している疑いがあれば、確認のために検査を行います。“のど”についての細菌の検査の中で、溶連菌については、5～10分以内に結果が出ます。

【治療】

症状をやわらげる薬のほかに、抗菌薬が出されます。抗菌薬は病気の原因になっている溶連菌を退治する大変重要な薬です。症状が緩和されたとしても、指示通り飲み続けましょう。

溶連菌感染症はウイルス性のかぜとは違い、細菌が原因のため、自然に治ることはできません。抗菌薬を用いた治療が必要です。2日以上のどが腫れて痛んだりした時や高熱、発疹が出たりした場合は、溶連菌感染症の疑いがあるので必ず病院を受診しましょう。

インフルエンザの出席停止

「インフルエンザ」は学校保健安全法の基づき、欠席ではなく“出席停止”的扱いになります。

診断を受けた場合は、すぐに学校へ御連絡ください。

発症後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで出席停止

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目
発症後 1日目に 解熱した 場合	発熱 	解熱 	解熱後1日目	解熱後2日目			解熱後2日経っても、 発症後5日経たないと 登校はできません 			

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目
発症後 3日目に 解熱した 場合	発熱 	発熱	発熱	解熱 	解熱後1日目	解熱後2日目	解熱後2日経っても、 発症後5日経たないと 登校はできません 			

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目
発症後 5日目に 解熱した 場合	発熱 	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱 	解熱後1日目	解熱後2日目	解熱後2日経っても、 発症後5日経たないと 登校はできません 	