



ほけんだより12月



令和7年12月1日
穂高南小学校 保健室
家庭数 配付

お子様と一緒に読み
ください

～インフルエンザが流行しています～



現在、長野県内には「インフルエンザ警報」が発令されています。先月発出した「ほけんだより特別号」でもお知らせしましたが、本校でもインフルエンザにより学級閉鎖となったクラスが複数ありました。市内の小中学校でもインフルエンザが流行しています。

引き続き、手洗いや換気、咳エチケットなど感染症予防を行い、十分な睡眠をとるなど抵抗力を高めていきましょう。

出席停止扱いとなる感染症については、学校ホームページから「登校許可証」をダウンロードし、お使いいただけます。感染症の種類により、医師に記入していただくものと保護者の方に記入していただくものがありますので、ご確認ください。

【学校ホームページ ▶ 配布文書 ▶ 保健申請書類】からお使いいただけます。

ダウンロードが難しい場合は、学校より紙での配布もしておりますのでご連絡ください。

【インフルエンザ用】 保護者記入

【新型コロナウイルス感染症用】 保護者記入

【インフル・コロナ以外】 医療機関にて記入

令和 年 月 日

保護者様
学校名 安曇野市立穂高南小学校
学校長名 山下 貴文

インフルエンザによる出席停止についてのお知らせ

お子さんの病気インフルエンザにつきましては、他の児童・生徒に感染させないため、また病気の悪化予防のため、出席の制限により出席停止を指示します。
なお、この場合は欠席にはなりません。
出席停止期間の基準は、「発症した後2日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで」です。（発熱期間）
発熱が継続するにあたり、改めて医師に「治癒した」という旨の報告を受ける必要については、医師の指示にしたがってください。
治癒後、登校するときは、この「出席停止書」を提出してください。この報告書は、保護者のみに記入していただくものであり、医師欄に記入してもらうものではありません。

治癒報告書

学校長様
年 組 氏名
児童・生徒氏名

上記の者の下記病歴は、診断しており他に感染のおそれはないことを報告いたします。

病歴名	インフルエンザ
発症日（咳・鼻水・発熱等が確認された日）	年 月 日
解熱日（平熱に下がった日）	年 月 日
医師による診断日	年 月 日
医師より療養が必要とされた期間	年 月 日まで

○治療の経過
発症後2日目を経過し、かつ、解熱した後2日目を経過していることにご留意ください。
年 月 日
保護者氏名 印

令和 年 月 日

保護者様
安曇野市立穂高南小学校長 山下 貴文

お子様が新型コロナウイルス感染症に感染したことから、発症した後2日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで出席停止を指示します。なお、発症した翌日から1日目としてを目的期間としてご留意ください。お子様の病気の悪化を予防し、他の児童生徒への感染を防止するための措置ですので、ご理解とご協力をお願いします。

学校保健安全法施行規則の規定により、新型コロナウイルス感染症の出席停止期間の基準は「発症した後2日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで」となっています。出席停止期間中は、学校をほとんど完全登校にはなりません。
なお、再登校するにあたって改めて「治癒したかどうか」「検査結果の陽性」について医師等の診断を受ける必要はありませんが、症状が継続した場合、心配がある場合は医師の指示にしたがってください。
新型コロナウイルス感染症が軽快し、症状が軽快した後1日を経過し、かつ、出席停止期間終了報告書を提出してください。この報告書は、医師等に記入していただくものであり、医師欄に記入していただくものではありません。
なお、発症日から1日経過後は感染の恐れがありますので、出席停止期間の基準を満たした場合でも、登校する際は感染対策にご協力をお願いします。

出席停止期間終了報告書

学校長様
年 組
児童生徒氏名

発症日（咳・鼻水・発熱等が確認された日）	令和 年 月 日
医師による診断日	令和 年 月 日
医師より療養が必要とされた期間	令和 年 月 日まで

発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	かつ	症状軽快	1日目
	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				

※症状軽快とは、発熱が使用せずに解熱し、かつ、呼吸器症状が改善すること。
※無症状の場合は、「医療機関での検体採取日」を「発症日」欄に記入すること。
令和 年 月 日
保護者氏名

令和 年 月 日

保護者様
安曇野市立穂高南小学校
校長 山下 貴文

出席停止についてのお知らせ

お子さんの病気につきましては、他の児童・生徒に感染させないため、学校保健安全法の規定により出席停止を指示しますので、医師に受診されお話をとらませようお知らせします。出席停止の期間は、医師の指示に従ってください。
なお、この場合は欠席にはなりません。
登校時に医師の証明書を、学校に提出してください。

登校許可証

年 組 氏名

1 病名 _____

2 期間 ____月 ____日より ____月 ____日まで出席停止をしました。

については症状が改善し、感染の恐れがない状態で登校可能と判断します。
年 月 日

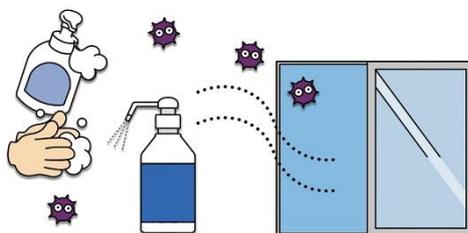
学校長様
医療機関名

体調がよくないときは



無理せずやす
に休もう

て あら てってい
手洗い・換気の徹底



のどの乾燥に注意！





がっこうほけんいいんかい ～学校保健委員会 ありがとうございます～

がつなのか きん がっこうほけんいいんかい おこな
11月7日（金）に学校保健委員会を行いました。

しんしゅうだいがく よこしまたかゆきせんせい
信州大学の横嶋敬行先生より「オレのやる気スイッチを押してくれ！」

というテーマでご講演いただきました。参加された保護者の方からは、「とても興味深い内容だった」「今後の子どもとの関わりに活かしていきたい」など多くのご好評をいただきました。

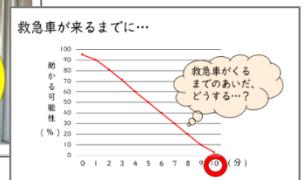
らいねんど おお ほごしや がた さんか はんせい い おも
来年度は、より多くの保護者の方にご参加いただけるよう、反省を活かしていきたいと思ひます。
ご参加いただいた保護者の皆様、ありがとうございます。



きゅうめい がくしゅう おこな ～救命の学習を行いました～

せんげつ ねんせい たいしやう きゅうめい がくしゅう おこな
先月、5年生を対象に救命の学習を行いました。

まず、事前学習では心肺蘇生法の手順やAEDの設置場所について学習をしました。救急車を呼んでからその間何もしないと助かる確率はどんどん下がっていくこと、命を救うためには心肺蘇生法が重要であることを学習しました。



じっしやう にんぎやう まま とまど じどう だいじやうぶ ほんばん こま
実習では、人形を前にして戸惑っている児童や「大丈夫ですか?!」と本番さながら声をかけている児童、緊張した面持ちの児童など、様々な反応がありました。

はじめの心肺蘇生でも臆せず挑戦する子どもたち。「手が痛い」「つかれた」とは言いながらも、「やってみよう」という気持ちが伝わってきました。



子どもたちの感想

- ・初めて救急救命法をやると聞いて緊張していたけれどいざやってみると友達に上手だねと言われて自分に自信が つきました。
- ・私一人では、心肺蘇生法が救急車が来る10分間続かないなど思ったので大声で人を呼ぶということはとても大事な ことだと思いました。これからも心肺蘇生法を忘れないでいようと思いました。
- ・人の命はかけがえのない大切な命だからAEDを使って倒れている人を救いたいと思いました。
- ・命を救うための方法が知れてよかった。
- ・心肺蘇生法をやってみただけかなり力があるし、なかなか上手にできなかったから、もっとうまくなれるように、その時人が助かるように頑張りたいと思った。