ほけんだより

6月号

平成 28 年 6 月 7 日

岸和田市立八木北小学校

６月４日から、近畿地方も梅雨入りしたとニュースで伝えられました。お気に入りの傘を差したり、あじさいの色を楽しんだり。雨の日のいいところを見つけて、楽しい梅雨にしたいですね。でも、体調を崩しやすいのもこの季節です。日によって変わる気温に合わせて、着る服を調節して、かぜを引かないように気をつけましょう。

6月の保健関係行事

8日（水）　心臓2次検診
10日（金）　検尿（予備）
14日（火）　水泳前健診・内科健診（前回欠席者）

◆健康診断で受診票をもらった人は、学校水泳までに受診してください

水泳前アンケートや学校水泳のお知らせでもお伝えしていますが、健康診断で受診票をもらった人は、学校水泳までに病院でみてもらい、受診票を書いてもらって学校へ提出していただくようお願いします。受診票の提出がなければ、学校水泳に参加できないことがあります。

学校水泳までに受診票が必要なのは、以下の健診です。

内科健診・心臓検診・眼科健診・耳鼻咽喉科健診・尿検査

（視力・歯科・肥満は除きます。）

◆6/4(土)～10(金)は歯と口の健康週間です

歯が生えかわる子どもの時期は、むし歯になりやすい時期でもあります。自分の歯の「弱点」を知って、ていねいにみがいてあげましょう。

歯みがきはココに気をつけよう！

◆水ぼうそうとおたふくかぜにかかる人が出ています

５月下旬から、水ぼうそうやおたふくかぜで出席停止になる人が数人出ています。疑わしい症状が出てきたら、病院でみてもらってください。どちらも学校感染症第二種といって、出席停止期間が決まっています。かかったことがわかったときは、お医者さんの指示に従っておうちで休むようにしてください。登校の許可が出たら「意見書」を病院で書いてもらい、登校時に学校へ提出していただくようお願いします。

◎意見書の用紙は学校にありますが、八木北小ホームページからもダウンロードできます。
また、就学時説明会の資料にのせているものを、コピーまたは切り取って使っていただいてもかまいません。

水ぼうそう（水痘）

●症状・・・・・・微熱が出るのと同時に体のやわらかい所に発疹ができ、半日～１日で顔、口の中、胸、背中、手足と全身に広がります。１～２日で中央に水ほうができ、さらに１～２日後に乾いてかさぶたになります。
●潜伏期間・・・・２～３週間
●感染期間・・・・発疹の出る前１日～すべての発疹がかさぶたになるまで
●出席停止期間・・すべての発疹がかさぶたになるまで
※一度かかると免疫ができて、かからなくなります。ただし、治った後もウイルスは体の中に潜伏していて、数十年後に何らかのきっかけにより、「帯状疱疹」として再発することがあります。

おたふくかぜ（流行性耳下腺炎・ムンプス）

●症状・・・・・・耳下腺や額下腺などが１週間ほど腫れて痛くなります。片方が少し遅れて腫れたり、片方だけ腫れることもあります。他には、ご飯を食べるときにのどが痛くなったり、熱が出る人もいます。
●潜伏期間・・・・２～３週間
●感染期間・・・・耳下腺の腫れる前７日～腫れた後９日間
●出席停止期間・・耳下腺、額下腺または舌下腺の腫れが出てきたあと５日がたち、かつ、全身状態が良好になるまで
※一度かかると免疫ができて、かからなくなります。
※似た病気に反復性耳下腺炎というものがあり、繰り返し症状が出てくることがありますが、腫れは２～３日で引きます。