

# ほけんだより



令和7年2月3日  
都立鹿本学園  
校長 堀江 浩子

今年の立春は2月3日です。暦のうえでは「春」が来ています。徐々に日差しも暖くなり、春が近づいてくることが感じられる日もある一方で、気温差も大きく、空気も乾燥しています。引き続き、健康管理に気を付けて過ごしましょう。

## ～かぜや感染症の流行期です～



### かぜ・インフルエンザ・新型コロナウイルス 感染症・感染性胃腸炎のちがい



	一般的なかぜ	インフルエンザ	新型コロナウイルス 感染症	感染性胃腸炎
主な症状	せき・くしゃみ・ 鼻水・のどの痛み	かぜの症状に加え、 関節や筋肉などの全身の痛み	呼吸器（鼻・のど・ 肺）の症状・味覚 や嗅覚の異常・全身の痛み	腹痛・吐き気・ 嘔吐・下痢
熱	微熱（37～38℃）	高熱（38℃以上の こともある）	微熱もしくは高熱	微熱のことが多い
症状の進み方	ゆっくり	早い	急に早くなることも ある	早い
感染力	弱い	強い	強い	強い
主な原因	アデノウイルスなど	インフルエンザウイルス	新型コロナウイルス	ノロウイルス・ロ タウイルスなど
学校の 出席停止期間	特になし（症状 がなくなり、よくな ってから）	発症後5日、かつ 解熱した後2日 （幼児3日）を経 過するまで	発症後5日、かつ 症状が軽快した後 1日を経過するま で	特になし（嘔吐や 下痢がなくなり、 よくなってから）



インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症、感染性胃腸炎など学校感染症に罹患した場合は、学校保健安全法の定めにより出席停止となります。学校感染症の疑いがあるときは、無理をして登校せず医療機関を受診するようお願いいたします。また、感染拡大防止のためにも、学校感染症に罹患した場合は、以下の2点に御協力ください。

#### ・出席停止期間の基準を満たすまで出席停止となります。

登校再開日には、必ず「登校許可証」（保護者記入）を御持参ください。「登校許可証」は学校のホームページよりダウンロードできます。（病院指定の用紙でも可）

#### ・感染拡大防止のため、速やかに学校までお知らせください。

学校感染症が発生した場合は、感染症名、学部について、「マチコミメール」を配信します。



## 2月の保健行事



肢体部門 (S)		知的部門 (N)	
3日 (月)	指導医来校 (大西 Dr.)	3日 (月)	指導医来校 (大西 Dr.)
4日 (火)	指導医来校 (石崎 Dr.)	4日 (火)	指導医来校 (石崎 Dr.)
5日 (水)	指導医来校 (富沢 Dr.)	5日 (水)	指導医来校 (富沢 Dr.)
10日 (月)	摂食評価 (三枝 Dr.)	10日 (月)	摂食評価 (三枝 Dr.)
14日 (金)	指導医来校 (石橋 Dr.)	14日 (金)	指導医来校 (石橋 Dr.)
17日 (月)	神経診察 (本澤 Dr.)	17日 (月)	神経診察 (本澤 Dr.)
18日 (火)	指導医来校 (石崎 Dr.)	18日 (火)	指導医来校 (石崎 Dr.)
19日 (水)	摂食評価 (三枝 Dr.)	19日 (水)	摂食評価 (三枝 Dr.)
20日 (木)	整形診察 (瀬下 Dr.)	20日 (木)	整形診察 (瀬下 Dr.)
25日 (火)	療育相談 (村上 Dr.)	25日 (火)	療育相談 (村上 Dr.)
27日 (木)	指導医来校 (吉田 Dr.)	27日 (木)	指導医来校 (吉田 Dr.)

### 【次年度用の保健関係書類について】

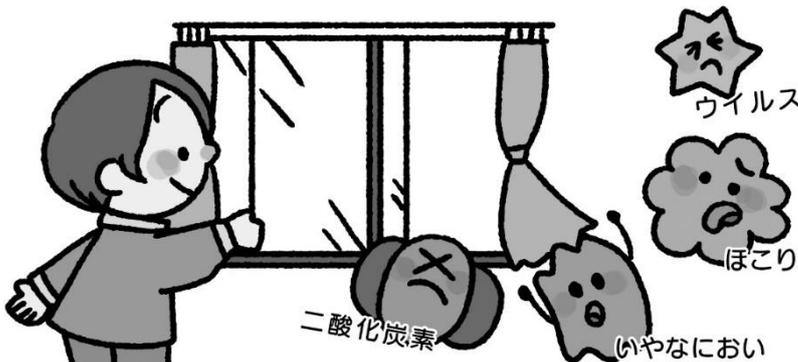
1月17日に、対象の方へ次年度用の主治医意見書・学校生活管理指導表を配付いたしました。書類の締め切りは3月7日となっておりますが、通院予定等で提出が遅れる場合は、その旨お知らせください。よろしくお願いいたします。

## 花粉の予報のチェックも忘れずに！

出かける前に天気予報をチェックすることがあると思います。雨が降りそうなら、傘を持っていったり少し早めに家に帰ってきたりと、天気の変化を考えて準備や行動をしますよね。天気予報と同じように、花粉が飛ぶ量や範囲を紹介する「花粉飛散情報」をテレビやインターネットなどでチェックすることができます。ツルツルした素材の洋服を身につけたりマスクで鼻をガードしたり、飛んでくる花粉にそなえましょう。



空気を入れかえて 気分をリフレッシュ！



感染症予防のために  
こまめな換気をしま  
しょう



