



令和3年10月1日  
 渋川特別支援学校  
 保健室

10月に入り、朝晩はだいぶ涼しくなってきました。  
 この時期は、昼間と朝夜の気温の差が大きく、かぜを  
 ひきやすいので、衣服で調節するようにしてください。  
 規則正しい生活で、毎日を元気に過ごしましょう。

## 【 10月の保健目標 】

目を大切にしよう



## ○大切な目のために～以下の4つの「しすぎ」に注意しよう

ゲームのしすぎ



本やテレビに近づくすぎ



明るすぎ・暗すぎ



夜ふかししすぎ



## ○保護者のみなさまへ～感染症蔓延防止のため（再度お願い）～

### 1 こんなときは、無理して登校せず、ご家庭で様子をみてください。

- ① 37.0 以上の発熱があるとき。
- ② 平熱が高い人は、平熱より 0.5 度以上の発熱があるとき。
- ③ 普段と違う様子が見られるとき。  
 （鼻水、咳、食欲不振（味覚、嗅覚の変化も）、嘔吐や下痢症状、だるそうな様子など。）
- ④ ③の症状があり、発熱がなくても心配なとき。
- ⑤ 登校前日に発熱があったとき。
- ⑥ 新型コロナウイルス感染症やインフルエンザに罹患したとき。

（本人またはご家族が、新型コロナの疑いで検査を受けたり、濃厚接触者となったりした時も含む。）

◆特にスクールバスは、多くのお子さんが利用するため感染が広がりやすい場でもあります。体調が悪い時はスクールバスへの乗車を控えていただきますようご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

◆登校後、①～④の症状が見られ、早退が必要と判断した場合、すみやかに迎えをお願いします。  
 すぐに連絡がとれるようにしておいていただけるよう、お願いいたします。

## 2 インフルエンザの予防接種を受けましょう。

今年は、新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの同時流行が心配されています。また集団感染のまん延を防ぐために、校医から集団の9割が予防接種をすることを勧められています。インフルエンザの予防接種を行うことで、インフルエンザに罹患しても、重症化や重篤な合併症を予防することが期待できますので、早めに接種予定を立てられることをお勧めします。

なお、予防接種への不安や基礎疾患があるお子さんは、主治医と相談されますようお願いいたします。

また、お子さんが予防接種をした後はノートでお知らせください。予防接種後の体調管理に役立てたいと思います。

## ○新型コロナウイルス感染症 出席停止期間早見表 について

昨年度から学校では以下のとおり対応しています。参考にしてください。

|   | 症状等                       | 対応                           | 0 日目                               | 1 日目                   | 2 日目                | 3 日目 | 4 日目 | 5 日目 | 6 日目 | 7 日目 | 8 日目 | ・・・ | 14 日目 | ～ |    |    |  |
|---|---------------------------|------------------------------|------------------------------------|------------------------|---------------------|------|------|------|------|------|------|-----|-------|---|----|----|--|
| ① | 児童生徒の感染判明                 | 出席停止                         | 感染が判明（判明前に欠席していた場合は最終登校日の翌日から出席停止） |                        |                     |      |      |      |      |      |      |     |       |   | 治癒 |    |  |
|   |                           |                              | 出席停止                               |                        |                     |      |      |      |      |      |      |     |       |   |    | 登校 |  |
| ② | 児童生徒が濃厚接触者に特定             | 出席停止                         | 感染者と接触                             | （保健所の指示に従う）            |                     |      |      |      |      |      |      |     |       |   |    |    |  |
|   |                           |                              | 出席停止                               |                        |                     |      |      |      |      |      |      |     |       |   | 登校 |    |  |
| ③ | 同居家族が感染判明                 | 出席停止<br>14 日以内に感染が判明した場合は①   | 同居家族の感染判明                          | （保健所の指示に従う）            |                     |      |      |      |      |      |      |     |       |   |    |    |  |
|   |                           |                              | 出席停止                               |                        |                     |      |      |      |      |      |      |     |       |   | 登校 |    |  |
| ④ | 発熱等のかぜ症状がみられ受診せず解熱した場合    | 発熱等のかぜ症状発覚後自宅で休養することを指導      | 発症                                 | 解熱                     | （解熱した次の日は様子をみるため出停） |      |      |      |      |      |      |     |       |   |    |    |  |
|   |                           |                              | 出席停止                               |                        |                     | 登校   |      |      |      |      |      |     |       |   |    |    |  |
| ⑤ | 発熱等のかぜ症状がみられ早退した場合        | 発熱等のかぜ症状発覚後自宅で休養することを指導      | 発症・早退                              | 受診                     | （受診の次の日は様子をみるため出停）  |      |      |      |      |      |      |     |       |   |    |    |  |
|   |                           |                              | 出席停止                               |                        |                     | 登校   |      |      |      |      |      |     |       |   |    |    |  |
| ⑥ | 発熱・咳・倦怠感等のかぜ症状がみられ診断が出た場合 | 主治医または受診相談センターへ連絡            | 発症                                 | 受診                     |                     |      |      |      |      |      |      |     |       |   |    |    |  |
|   |                           |                              | 出席停止                               |                        |                     | 欠席   | 欠席   | 登校   |      |      |      |     |       |   |    |    |  |
| ⑦ | PCR検査受診                   | 陰性時は医師の「感染の恐れがない」と認める日まで出席停止 | （保健所の指示に従う。陽性時は①）                  |                        |                     |      |      |      |      |      |      |     |       |   |    |    |  |
|   |                           |                              | 出席停止                               |                        | ～                   |      |      |      |      |      |      |     |       |   |    |    |  |
| ⑧ | 児童生徒の同居家族等が濃厚接触者と判明※症状がない | 家族が保健所より指示された期間は健康観察         | （保健所の指示に従う）                        |                        |                     |      |      |      |      |      |      |     |       |   |    |    |  |
|   |                           |                              | 出席停止                               |                        | （指示期間は出席停止）         |      |      |      |      |      | ～    |     |       |   |    |    |  |
| ⑨ | コロナワクチン接種に係る理由による欠席       | 出席停止                         | ワクチン接種日                            | 副反応(発熱、痛み、頭痛、寒気、だるさなど) |                     |      |      |      |      |      |      |     |       |   |    |    |  |
|   |                           |                              | 出席停止                               |                        | （副反応が出た場合は出停）       |      |      |      |      |      |      |     | ～     |   |    |    |  |

※県受診・相談センター：0570-082-820

※⑥の注意事項：受診・診断の次の日まで出席停止。コロナと診断された場合は①

**感染症拡大防止に  
ご協力ください**

なお、ご不明な点は、学校にご連絡ください。よろしくお願いします

