

ほけんだより

1月

岡崎市立矢作北中学校
令和2年1月21日(火)
保健部 No.9

1月 保健目標 感染症の予防について考え、実践しよう

インフルエンザの出席停止期間はいつまで？

発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで
(学校保健安全法施行規則第19条より)

例	発症日	発症後5日間(出席停止期間)					発症後5日を経過		
	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
発症後1日目に解熱した場合		解熱	1日目	2日目			登校OK		
発症後2日目に解熱した場合			解熱	1日目	2日目			登校OK	
発症後3日目に解熱した場合				解熱	1日目	2日目			登校OK
発症後4日目に解熱した場合					解熱	1日目	2日目		登校OK



学校では、多くの人が同じ場所で過ごします。感染の拡大を防ぐために、出席停止期間を必ず守るようにしましょう。

ところで、みなさんは、この出席停止期間の理由を知っていますか？

「発症した後5日を経過する」の理由

インフルエンザ治療薬を服用すると、ウイルスが体内に残ったままでもすぐに熱が下がることがあります。この場合、熱が下がって2日を経過していたとしても、感染力が残ったままとなります。そのため、「発症した後5日を経過するまで」が出席停止期間となります。

「解熱した後2日を経過するまで」の理由

インフルエンザは、ウイルスに感染した後、1から3日の潜伏期間後に発症します。ウイルスに感染した人は、発症前1日、発熱している間、解熱後2日間程度はウイルスが体の外に放出されています。そのため、「熱が下がった後2日を経過するまで」が出席停止期間となります。

<保護者の皆様へお願い>

インフルエンザと診断された場合は、医師からの『診断及び登校(通園)許可証明書』を学級担任へ提出し、登校するようにしてください。

1月の身体測定 結果発表！



1月9、10日に、3学期の身体測定を行いました。下表は、矢作北中生の各学年の身長と体重の平均値です。どの学年も、9か月で確実に成長しています。また、学年で比べてみると、1年生の成長率が男女とも最も大きいことが分かります。成長には個人差がありますが、「中学生頃の年代が一番成長する」と言われています。朝食を食べる人と食べない人では、身長の伸びに違いが見られることが、これまでの研究で分かっています。体の成長のためにも、毎日、バランスよく朝食を食べて、登校するようにしましょう。

〈男子〉	身長 (cm)		体重 (kg)	
	4月	1月	4月	1月
1年	150.7	156.6	41.9	46.4
2年	158.4	162.7	47.7	52.4
3年	164.7	167.0	52.7	57.2

〈女子〉	身長 (cm)		体重 (kg)	
	4月	1月	4月	1月
1年	150.3	152.5	42.5	44.5
2年	154.7	155.7	47.3	49.2
3年	156.6	156.7	49.5	50.8

むし歯、視力の治療率が上がりました！！！！

保健室の前の廊下の掲示板上に、むし歯と視力の治療率が掲示されているのを知っていますか？

冬休み中に受診した人が多く、治療率が上がりました。3年生では、むし歯の治療率は100%になりました。まだ受診をしていない人は、新しい学年になる前に、今の状態を診てもらいましょう。



この大きな矢印は、保健委員の生徒が画用紙の端を使って作りました♪