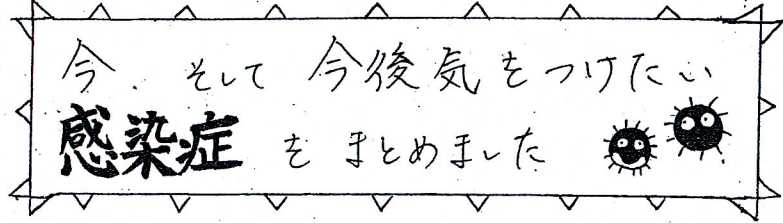


# ほけんだより 10月号

平成30年10月9日 流山市立常盤松中学校 保健室



発症した翌日 解熱した翌日  
を1日目としてカウントします!

## インフルエンザ

- 症状... 38度以上の高熱  
頭痛や腰痛  
関節の痛み  
咳や鼻水  
全身の倦怠感 など
- 出席停止期間... 発症後5日を経過し、  
かつ 解熱後2日も経過  
するまで
- 予防方法... 手洗い、うがい、マスクの着用  
体の抵抗力を高める(規則正しい生活)  
など

市外の学校ではすでにインフルエンザの  
学級閉鎖を行ったところもあるという情報も!  
今から予防に努めよう!

活気に満ちた体育祭が無事に終了しました。  
全力で取り組み、最後まで全力投球していた皆さんは  
とてもカ強く、たくましかったです。  
さて、次の常盤祭に向けて、校内はすでに動き始めて  
います。皆さん、体調は万全ですか? 気になる症状がある  
場合は早めに休養し、悪化しないように自分で管理しましょう。



## 風しん

- 症状... 主に発熱、発疹、リンパ節の腫れ
- 出席停止期間... 発疹が消失するまで
- 主な予防方法... 2回の予防接種  
正しい手洗い、うがい、  
マスクの着用

症状が3~5日で良くなることから  
夕べの『3日ほしか』とも呼ばれ  
ますが、「麻疹」とは別の病気です。  
(ほしか)

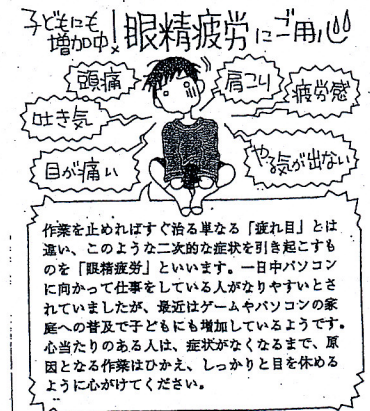
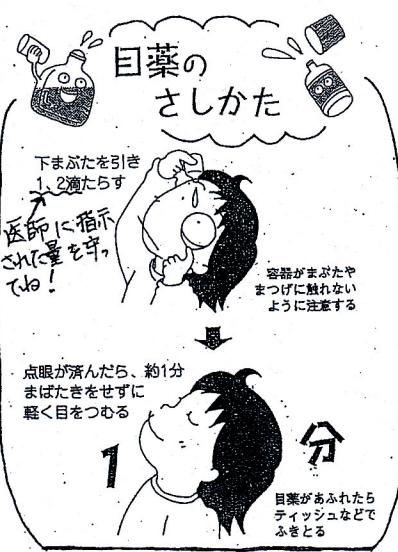
## 溶連菌感染症

- 症状... 扁桃腺炎、中耳炎、発熱など
- 出席停止期間... 病状により学校医その他の医師にお  
て 感染のおそれがないと認めらるまで
- 予防方法... 手洗い、うがい、  
マスクの着用 など

\* 溶連菌感染症は、免疫が成立する  
病気ではないので、くり返し感染する  
場合もあります。油断せずに予防しましょう。

## 保健室より

10月4日(木)に、2年生を対象に防災における保健指導を行いました。  
そのときに紹介した いざというときに役に立つ防災グッズも、保健室前廊下に展示  
しています。おうちの方と防災について考えるきっかけとしてくれたら嬉しいです。  
ぜひ見に来てください。



☆眼科検診、視力検査で  
病院の診察、検査を勧められ  
た人は、早めに受診しましょう。