

# 保健通信



NO.2 令和5年5月19日(金)

保護者用 苓北中学校保健室(文責:木村統子)

5月は暦の上では夏の始まりです。爽やかで過ごしやすいですが、朝晩と日中の気温差が大きく、体調を崩しやすい時期でもあります。元気に過ごすコツは、早寝、早起き、朝ごはん。夏に向けて少しずつ体を慣らしていきましょう。



## ◇出席停止の手続きについて◇

学校では、お子様が学校保健安全法第19条の規定に基づき、定められた感染症にかかっている(疑いがある)場合、校内での感染拡大防止のため、校長の指示により出席を停止いたします。出席停止の期間は感染症によって異なります。

〈学校において予防すべき感染症の種類〉

第1種:エボラ出血熱などいわゆる法定伝染病で特殊なもの

第2種:インフルエンザ・百日咳・麻疹・流行性耳下腺炎・風しん・水痘・咽頭結膜熱(プール熱)・結核  
・髄膜炎菌性髄膜炎・新型コロナウイルス感染症(※5/8より)

第3種:感染性胃腸炎・コレラ・腸管出血性大腸菌感染症などその他の感染症

上記の病気にかかっていると医師から診断された場合、または、出席を控えるように医師から言われた場合は、ただちに学校(担任)までご連絡下さい。

●「出席停止」開始日→学校長が出席停止の指示をした日

- ・保護者から学校に連絡が入った日を基準日とします。(教育委員会等への報告のため、原則として午後5時までです。午後5時過ぎてからの連絡は、当日は欠席扱いになりますのでご了承ください。)原則として、さかのぼっての停止はいたしません。
- ・出席停止の期間については学校までお尋ねください。



## ◇学校でケガをしたときは・・・◇

学校管理下でのケガ(学校生活・登下校・部活動など)は苓北町子育て支援医療費助成制度は利用されずに、年度当初に町が掛金を支払っている日本スポーツ振興センターの災害給付制度を優先的にご利用いただきますようお願いいたします。

※支払いは・・・→一旦お支払いいただきますようお願いいたします。ただし、支払総額(病院、薬局の合計金額)が、1500円未満の場合、日本スポーツ振興センターは使えませんので「子育て支援医療費受給者証」でお支払いください。

※病院、薬局では・・・→学校管理下のケガであることを伝えて下さい。その際、病院、薬局でもらった領収証は日本スポーツ振興センターの手続きに必要になりますので、紛失されないように保管下さい。

※日本スポーツ振興センターの手続きは・・・→学校での手続きになります。必要書類は保健室でお渡しますので、お子様に保健室まで取りに行くようお伝えください。



熱中症が増えます

5月は体を動かすと気持ちのいい季節。でも、急に暑くなった日は熱中症に要注意! 「熱中症は夏になるものでしょ?」。そう思われがちですが、この時期はまだ体が暑さに慣れていないので、いきなり激しい運動をすると熱中症の危険があります。



### 熱中症予防のポイント

- こまめな休憩と水分補給
- 脱ぎ着しやすい服装
- 屋外では帽子をかぶる
- 軽い運動で暑さに慣れておく



油断せず、しっかりと対策しましょう。疲れたときや体調が悪いときは無理をしないことも大切です。