



中央区立日本橋小学校  
校長 養護教諭  
令和6年2月1日

## 2月の保健目標

# 感染症を予防しよう

日本橋小学校でも、インフルエンザ、溶連菌や新型コロナウイルス感染症などの感染症が増加傾向にあります。学校での感染症対策への御理解・御協力ありがとうございます。現在、学級閉鎖の措置をとらずに教育活動を維持できておりますが、今後も手洗いや換気などの日常的な感染予防に加え、感染状況に応じてマスク着用などを促し、感染拡大を防いでいきます。

### インフルエンザと新型コロナウイルスの違いについて

	かぜ	インフルエンザ	新型コロナウイルス感染症
感染性 感染経路	あまり強くない 接触・飛沫感染	強い 接触・飛沫感染	非常に強い 接触・飛沫感染、エアロゾル感染
症状が現れ はじめる部位	局所（鼻や喉など の上気道が中心）	局所のほか、全身症状が現れることも多い	局所のほか、全身症状が現れることも多い
症状の現れ方	ゆるやか	急激	ゆるやかだが、急激に重症化、肺炎を合併することがある
発熱	37～38℃程度 微熱が多い	高熱 （38℃以上の急激な高熱）	37.5℃以上の発熱が4日以上続くことが多い
主な体調の 変化	くしゃみ、鼻水、 鼻づまり、せき、 のどの痛みなど上 気道の症状が中心	関節痛、筋肉痛、頭痛、悪寒 などの全身症状が急激に現れる	発熱やせきなどの初期症状はかぜやインフルエンザと見分けがつきにくい その他に頭痛や倦怠感、食欲不振など味覚・嗅覚障害が現れることもある
治療方法	痛みや不快な症状 を和らげる対症療 法が中心	対症療法に合わせて抗インフ ルエンザ薬を使用する	対症療法が中心 肺炎に進展した場合は抗ウイルス薬、血 栓予防の抗凝固薬、免疫の暴走を抑える ステロイド薬を適宜使用し、集中治療や 人工呼吸器など
治るまでの 期間	多くは1週間程度	多くは1週間程度	軽症であれば5～7日程度

いずれも感染経路が「**接触または飛沫を介した感染**」となっています。せきやくしゃみでウイルスや細菌が飛散し、感染が広がります。

日本橋小学校でも、「家族が次々になってしまった…」、「家族みんなかかってました」という報告を耳にします。家庭内感染を防ぐには、別部屋での療養や、家庭内でも感染者はマスクを着用するなどの対応が必要です。

★新型コロナウイルスとインフルエンザについては、「登校許可証明書」の提出はありません。

必ず医師の指示に従って療養期間は、御自宅で過ごしてください。

★それ以外の感染症については、「登校許可証明書」が必要となります。

学校HPからダウンロード、もしくは学校で配布しています。（医療機関独自のものでも可）

[ホーム - 日本橋小学校 \(chuo-ky.ed.jp\)](http://chuo-ky.ed.jp)

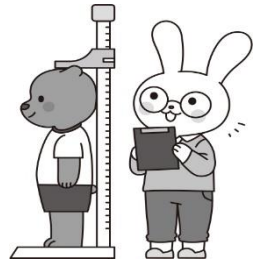


## 3学期分の「健康カード」を返却します！

1月に行いました身体計測結果を学級担任より返却いたします。1月欄に記入してありますので、御確認ください。当該学年の3学期欄に押印し、学級担任へ再提出してください。

**再提出期限：2月7日（火）**

※6年生は3月に最終の計測を行います。3学期末にまとめて返却します。



### ポイント①肥満度のチェック

中面の右側にある「発育のようす」には、肥満度を記入してあります。

欄外下の記載の通り、**19%～19%が普通**となります。

**-20%以下はやせすぎ**、**20%以上は肥満傾向**となります。

日本橋小学校では、**肥満傾向は5.7%**、**やせすぎは4.3%**でした。

発育のようす		名前												
学年		月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月
1	身長 (cm)													
1	体重 (kg)													
2	身長 (cm)													
2	体重 (kg)													

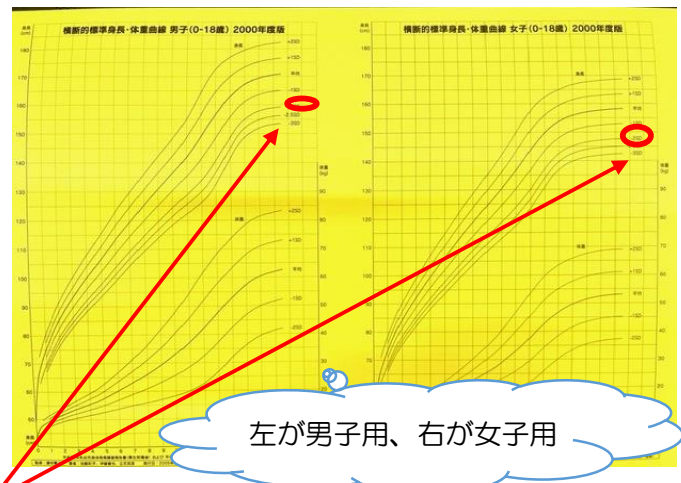
### ポイント②成長曲線の活用

裏面にある成長曲線を活用していますでしょうか？成長曲線とは、子供たちの身長・体重を各年齢・各月齢ごとに集計し、その平均をグラフ化したものです。平均値を中心に、標準的な成長の範囲としてSD（標準偏差が描かれています。）

このグラフにお子様の身長体重を書き込むことで成長の度合いを知ることができます。記録した際に、以下のような曲線になる場合は受診対象となります。

- ・身長が-2SD以下（下から3番目の線より低い位置に曲線がきている）の場合
- ・まだ伸びるはずの時期に伸びが悪くなり、成長曲線が横に寝てきた場合

また、成長過剰（成長が良すぎる、+2SDを超える）の場合も、病気が見付かることがありますので、受診を検討してください。



### ★お子様の発育状況や成長曲線が気になったら…

お気軽に保健室（養護教諭）、もしくはかかりつけの小児科まで御相談ください。

受診の際に必要な資料（発育状況がわかるもの、健康カードなど）が必要な場合は、用意ができますので、保健室に御連絡ください。

### 参考

[普通のかぜとインフルエンザ、新型コロナはどう違うの？ \(taisho.co.jp\)](http://taisho.co.jp/)

[ホームページ | 保健師・保育士・養護教諭さんへ | ファイザー \(ghw-pfizer.info\)](http://ghw-pfizer.info/)

↑上記ホームページから成長曲線シートが無料でダウンロードできます。健康カードに記入したくない場合などは、こちらを御利用ください。

