

ほけんだより



2学期が始まり、9～10月は、どの学年も体調不良者が多くみられました。猛暑や寒暖差、文化祭やインターンシップの準備、進路活動などで疲れがたまっていた人も多いのかもしれませんが、疲れているなあと体のサインを感じた時は、早めに休養し、悪化させない工夫も大切です。また、多くの医療機関でインフルエンザ予防接種を開始しているので、受験などのイベントのある人は、保護者の方と相談し、接種を検討するのもよいですね。

秋

花粉症という春のイメージが強いですが、秋にもブタクサなど花粉を飛ばす草花があります。河原や公園など身近な場所にも生えています。

熱がいないのにくしゃみや鼻水、せきが続くときは、花粉症を疑いましょう。

ヨモギ
ブタクサ
カナムグラ

一緒にできる /

花粉症
対策

マスク

吸い込む花粉の量を減らす

家に入る前に服をたたく

部屋の中に花粉を持ち込まない

うがい

のどに付着した花粉を洗い流す

洗顔

顔に付いた花粉を洗い流す

服を洗う

服に付いた花粉を落とす

がっこうかんせんしょう 学校感染症にかかったら…



インフルエンザや新型コロナウイルス感染症などの「学校感染症」にかかった場合、「出席停止」となり、医師の指示に従い、自宅で休養となります。

インフルエンザと新型コロナウイルス感染症にかかった場合は、「学校感染症による欠席届（インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症用）」を、それ以外の学校感染症にかかった場合は、「学校感染症治愈報告書」を学校へ提出していただきます。この用紙は、職員室または保健室でもらえます。また、生徒手帳193～196ページにも載っています。学校のホームページからダウンロードすることもできます。

がっこうかんせんしょう 一覧は
生徒手帳 31 ページまたは
学校のホームページを
参照してください。

