



# ほけんだより12月



令和7年12月3日  
東京都立小金井特別支援学校  
校長：村山 孝  
養護教諭：奥出 由季  
：藤田 桃

今年も残り1か月となりました。インフルエンザをはじめとした感染症が流行しています。校内では、感染拡大を防止するために、手洗い・うがいや換気を行っています。また、風邪症状のある児童・生徒にはできる限りマスクの着用をお願いしています。御家庭でも引き続き、感染症対策の取り組みをお願いします。

## 12月の保健目標 部屋の換気をしよう

- 12月の保健行事**
- 1日(月) 測定(中)
  - 3日(水) 測定(小高)
  - 9日(火) 測定(小低)
  - 11日(木) 中2手洗い指導・摂食指導
  - 12日(金) 療育相談
  - 16日(火) 中1 手洗い指導
  - 17日(水) 中3 手洗い指導



風邪症状に加えて、寒気や関節の痛み等の症状がある場合、高熱になる可能性があります。

早めに休養を取り、こまめな健康観察をしていただくことをおすすめします。

### インフルエンザが流行しています

今年度は、例年よりも早くインフルエンザの流行が始まり、すでに臨時休業の学年もあります。発熱・インフルエンザの対応について、今一度、下記内容の御確認をお願いいたします。

#### ○発熱・体調不良時の対応について

- ・37.5℃以上の発熱の場合、スクールバスに乗車することができません。登校後、発熱の場合は、保護者のお迎えをお願いします。
- ・咳や鼻水等の風邪症状や寒気、嘔吐等の症状がある場合、37.5℃未満でもお迎えをお願いする場合があります。放課後デイサービス等への引き渡しについては、施設ごとに受け入れの状況が異なるため、お子様の体調について施設へ御連絡いただき、引き渡しの可否について確認していただく場合があります。
- ・インフルエンザの最適な検査時期は「発熱後12時間から48時間以内」です。発熱後すぐには正しい検査結果が出ない場合があるため、御注意ください。

#### ○インフルエンザを発症した場合

- ・検査結果が分かり次第、学校にも御連絡をお願いします。
- ・発症後(発熱の翌日を1日目として)5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで出席停止となります。

(例)	発症日	発症後							
		1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
1日目に解熱	発熱	解熱		解熱後 2日			登校可 ◎		
2日目に解熱	発熱	発熱	解熱		解熱後 2日		登校可 ◎		
3日目に解熱	発熱	発熱	発熱	解熱		解熱後 2日	登校可 ◎		
4日目に解熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱		解熱後 2日	登校可 ◎	
5日目に解熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱		解熱後 2日	登校可 ◎

(参考) 公益財団法人 日本学校保健会学校において予防すべき感染症の解説

# て 手をきれいに洗おう

## ◆ て であら 手を洗うまえにかくにんしよう

○ハンカチ、タオルは わすれずに もっていますか？

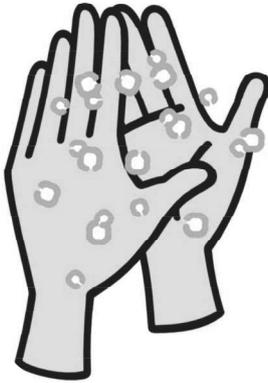
○そでが ぬれないように まくりましょう。

○せっけんを つけて て 手を 洗いましょう。



## ◆ て であら 手洗いの6ポーズでしっかりと手を洗いましょう

① おねがいのポーズ



てのひらを 洗う

② かめさんのポーズ



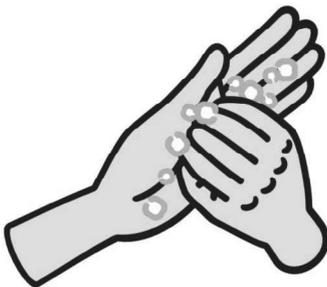
てのこうを 洗う

③ おやまのポーズ



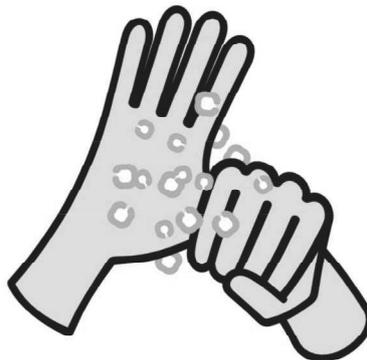
ゆびのあいだを 洗う

④ おおかみのポーズ



つめのさきを 洗う

⑤ バイクのポーズ



おやゆびを 洗う

⑥ つかまえたのポーズ



てくびを 洗う

◆ さいごに、水でしっかり ながします。

◆ ハンカチ、タオルで ふいたら、おしまいです。