

ほけんだより

5月

令和7年 5月号 大阪市立北恩加島小学校 保健室

5月になり、動くと少し汗ばむような日も出てきました。まだ体が暑さに慣れていない
うえ、新学期の疲れも出てくるタイミングなので、熱中症になりやすい時期です。元氣
に過ごす基本となるのは、生活リズムを整えることです。そのために何ができるか一緒に
考えていきましょう。

今月の保健目標 『生活リズムをととのえよう』

朝ごはんを食べた時と、食べていない時ではどんな違いがあるのでしょうか。

朝ごはんでこんなに変わる?!

朝ごはんを食べた



朝ごはんを食べていない



朝ごはんが一日を楽しく過ごすためのカギ。勉強も遊びも、がんばるには
まず朝ごはんから。

5月の保健行事

12日(月)	聴力検査 (2年生)	
	心臓1次検診 (1年生、要管理者)	13:30~
13日(火)	内科検診 (5・6年生)	13:20~
14日(水)	内科検診 (3・4年生)	13:20~
	尿検査配付 (全学年)	
15日(木)	尿検査1次 (全学年)	
	聴力検査 (1年生)	
16日(金)	尿検査1次予備日 (1・2年生)	13:20~
21日(水)	耳鼻科検診 (全学年)	9:00~



保護者の方へ

健康診断の結果を
お渡ししています

健康診断の結果、医療機関の受診が必要な場合は
結果をお配りします。視力や聴力など、早期発見・
早期治療によって治療期間が短くなったり、その後
が変わるものもあります。何かとご多用なところと
は存じますが、お知らせを受け取った際は早めの受
診をおすすめします。



※なお、学校の健康診断は病気の
「可能性」のスクリーニングなので、
医療機関で検査すると「異常なし」
とされる場合もあります。

体が暑さになれていないこの時期は、熱中症の注意が必要です。必ず、
水筒と汗をふくタオルを持たせ、帽子をかぶって登校するよう声掛けをよろし
くお願いします。



学校感染症とその出席停止期間

病名	出席停止の期間
インフルエンザ	発症した後5日間を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで
新型コロナウイルス	発症した後5日間を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで
百日咳	特有のせきが消失するまで、または、5日間の抗生物質による治療が終わるまで
麻疹（はしか）	解熱した後3日を経過するまで
流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	耳下腺、顎下腺または舌下腺の腫脹が発現した後5日を経過し、かつ全身状態が良好になるまで
風しん（3日はしか）	発しんが消失するまで
水痘（水ぼうそう）	すべての発しんがかさぶたになるまで
咽頭結膜熱（プール熱）	主症状が消退した後2日を経過するまで
結核	病状により学校医、その他の医師において感染のおそれがないと認められるまで
流行性角結膜炎	病状により学校医、その他の医師において感染のおそれがないと認められるまで
急性出血性結膜炎	
腸管出血性大腸菌感染症	
その他の感染症	<div> 溶連菌感染症、手足口病、ウイルス性肝炎、伝染性紅斑（りんご病）、ヘルパンギーナ、マイコプラズマ感染症、感染性胃腸炎（ノロウイルス・ロタウイルスなど） </div> <div> アタマジラミ、伝染性軟属腫（水いぼ）、伝染性膿痂疹（とびひ） </div>

- ・医師により、感染症と診断され出席停止となった場合、欠席扱いにはなりません。学校に必ずご連絡ください。
- ・登校するときには、登校許可書などは不要ですが、ご家庭だけで判断せず、必ず医師より感染の恐れがない、登校してもよいと診断されてから登校するようにしてください。学校内での感染拡大を防ぐためですので、ご協力をお願いいたします。

