



# ほけんだより

令和7年 夏休み特別号  
下作延小学校 保健室



いよいよ夏休みが始まります。気温・湿度とも高くなり、熱中症が心配されます。こまめに水分補給をしたり、帽子や涼しい衣服などで調節したりするなどして、熱中症対策を行ってください。

さらに、夏に流行する感染症についても注意が必要です。手洗いうがいなどの感染症対策に加え、規則正しい生活を心がけて過ごせるよう、お子様の健康管理をお願いします。

また、健康診断の結果をもらい、まだ受診されていない方は、夏休みの機会に受診されることをお勧めします。受診終了後は、「受診報告書」をご提出いただきますようお願いします。

## 夏に多い子どもの感染症

7月は子どもの感染症が急激に増えます。

手洗い・うがい・十分な睡眠で予防を心掛けましょう。



### ヘルパンギーナ

38～40度の発熱、のどの痛み、  
食欲不振、口の中の水疱など

### 手足口病

口の中、手のひら、指、  
足の裏の水疱など

### 咽頭結膜熱（プール熱）

38～39度の発熱、頭痛、  
のどの痛み、目の充血など



こんな症状が見られたら、まずは病院を受診してください。  
家庭ではこまめな水分補給をお願いします。

出典：日本学校保健研修社健、出町書房

## 感染症の扱いについて

夏に気をつけたい感染症についてまとめましたので、ご確認ください

感染症	いつから登校可能か	登校許可証の提出の有無
インフルエンザ	発症後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで	不要
新型コロナウイルス感染症	発症後5日を経過し、かつ症状が軽快し1日を経過するまで	不要
咽頭結膜熱	主要症状消失後2日を経過するまで	必要
溶連菌感染症	症状が消失するまで、または抗菌薬治療を開始して24時間を経過するまで	※医療機関の受診をお勧めします。 医師が発行した登校許可証あり→ <b>出席停止</b> 医師が発行した登校許可証なし→ <b>欠席</b> の扱いになります。 各ご家庭と医療機関とでご相談ください。
手足口病	症状が落ちついて、全身状態が良くなるまで（医師の指示に従う）	
ヘルパンギーナ	症状が落ちついて、全身状態が良くなるまで（医師の指示に従う）	
伝染性紅斑（りんご病）	症状が落ちついて、全身状態が良くなるまで（医師の指示に従う）	
感染性胃腸炎（ノロウイルス・ロタウイルス）	下痢や嘔吐が消失し、全身状態が良くなるまで（医師の指示に従う）	
アタマジラミ	通常通りの登校が可能	不要（発症報告のご協力をお願いします）