



ほけんだより

令和8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。この時期は、熱中症や感染症への備えが大切です。お子様が楽しい思い出をたくさん作れるよう、のどが渇く前の水分補給や帽子・涼しい服装などの熱中症対策、そして手洗いうがいの習慣化と睡眠による体調管理にぜひご留意ください。

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いたします。

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	手足口病	咽頭結膜熱（プール熱）
38～40度の発熱、のどの痛み、食欲不振、口の中の水疱など	口の中、手のひら、指、足の裏の水疱など	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→ 出席停止 医師が発行した登校許可証なし→ 欠席 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、全身状態がよくなるまで（医師の指示に従う）	
ヘルパンギーナ	症状が落ちついて、全身状態がよくなるまで（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、全身状態がよくなるまで（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、全身状態がよくなるまで（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）