



いきいき

香川中部支援学校
ほけんだより
令和7年度



いい姿勢の日

いい姿勢の日

みなさんは、授業中や給食のとき、どのような姿勢で過ごしていますか？11月1日は「いい姿勢の日」です。姿勢を正すことは、集中力や体の成長にも大切です。体も心も元気に過ごすために、今日からいい姿勢を心がけましょう。

11月の予定

保健目標

ひづけ 日付	こうもく 項目	たいしょうしゃ 対象者
よっか か 4日 (火)	たいじゅうそくてい 体重測定	ちゅうがくぶ 中学部
いつか すい 5日 (水)	たいじゅうそくてい 体重測定	しょうがくぶ 小学部
むいか もく 6日 (木)	たいじゅうそくてい 体重測定	ようちぶ 幼稚部
	じどうせいと 児童生徒 ほけんいんかい 保健委員会	じどうせいと 児童生徒 ほけんいん 保健委員

汗をかいたら、
清潔なタオルでふこう！



給食目標

くちゃくちゃと音を立てないように、
口を閉じて静かに食べよう！



換気をしないとどうなる？

！ 二酸化炭素が増えて、
息苦しく感じたり集中力が落ちたりする

！ 嫌なにおいがこもって、
心身が不調になる

！ ウイルスや細菌が空気中をただよって、
体調を崩しやすくなる

！ カビやダニが発生し、
アレルギーなどの原因になる



いえ 家でも学校でも30分に1回以上5分程度の
換気をして、気持ちよく過ごしましょう。

保護者のみなさまへ



インフルエンザについて

インフルエンザの出席停止について

インフルエンザに罹患した際には、学校保健安全法施行規則第19条により、発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日（幼児にあっては、3日）を経過するまで出席停止となります。（平成24年4月1日施行）

★発症日(当日0日目)は、病院を受診した日ではなく、インフルエンザ症状(発熱等)が始まった日です。

★解熱した次の日が「解熱後1日目」となります。

★幼稚部は解熱後3日を経過するまで出席停止となります。



	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
発症後 2日目に 解熱した 場合	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	解熱後 3日目	登校 可能	
発症後 4日目に 解熱した 場合	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	登校 可能

※抗インフルエンザ薬の効果で熱が下がっていても、ウイルスの感染力はまだ残っています。また、一旦熱が下がっても、再び発熱する場合があります。医師の指示に従い、出席停止期間を守っていただき、インフルエンザのまん延防止にご協力をお願いします。

新型コロナウイルス感染症について



新型コロナウイルス感染症の出席停止について

新型コロナウイルス感染症に罹患した際には、学校保健安全法施行規則第19条により、発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで出席停止となります。（令和5年5月8日施行）

★発症日(当日0日目)は、病院を受診した日ではなく、新型コロナウイルス感染症症状(発熱等)が始まった日です。

★症状が軽快した次の日が「症状軽快後1日目」となります。

★「症状軽快」とは、解熱剤を使用せずに解熱し、かつ呼吸症状(咳や息苦しさ等)が改善傾向にあることを指します。

	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
発症後 2日目に 症状が軽快 した場合	発症日	症状 あり	軽快	軽快後 1日目	軽快 後 2日目	軽快後 3日目	登校 可能	
発症後 5日目に 症状が軽快 した場合	発症日	症状 あり	症状 あり	症状 あり	症状 あり	軽快	軽快後 1日目	登校 可能