



11月 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

みんなは、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 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 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 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 保健委員会	じどうせいと 児童生徒 保健委員
-------------------------	------------------------

あせ
汗をかいたら、
せいけつ
清潔なタオルでふこう！



給食目標

くちやくちゃん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？

にさんかたんそ
二酸化炭素が増えて、
いきぐる
息苦しく感じたり集中力が落ちたりする

いや
嫌なにおいがこもって、
しんしん
心身が不調になる

さいきん
ウイルスや細菌が空気中をただよって、
たいちょう
体調を崩しやすくなる

はっせい
カビやダニが発生し、
げんいん
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
かんき
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、ウィ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