

ほけんだより



令和6年5月

しんどかったけど、友達のおかげで…！？



朝から少し倦怠感があり保健室を来室した生徒がいました。その生徒は発熱やその他の症状も悪くなかったため、本人は少し教室でがんばってみるとのこと。

その後、時々様子を見ていても元気そうに過ごしていたので安心はしていました。下校時その生徒に、「今日1日ががんばったんだね。」と声をかけると、「教室に帰って、周りの友達が『大丈夫か？無理するなよ！』と声を掛けてくれたので元気になりました。友達っていいですね。」と笑顔で応えました。

友達を気にかけて声を掛け合えるみんなも素敵だし、きっと他の人がしんどそうにしていたら次は声を掛けられてがんばったその生徒が声を掛けてあげるんだろうなと思った一幕でした。

結団式がありました。体育祭終了まで『スポーツドリンク』が可となります！



16日(木)は結団式があり、3年生が見事なダンスを披露してくれました。いよいよ体育祭練習が本格化します。衣替え期間にも入りましたが、日中は気温が高く、体もまだ暑さに慣れていないので、熱中症には充分注意して練習していきましょう。

水分補給で、より早く体に吸収しやすいとされているのがスポーツドリンクです。適切な水分補給は、各競技のパフォーマンスにも影響します。スポーツドリンクなども活用しつつ、こまめに水分補給をして、今年のスローガン「フルパワーみんな笑顔で一致団結」で頑張りましょう！

A群溶血性レンサ球菌咽頭炎警報発令中です

広島県感染症・疾病管理センターが5月2日に警報を発令しています。三次・庄原管内でも患者数が増加傾向なので注意が必要です。



○A群溶血性レンサ球菌咽頭炎とは

- ・A群溶血性レンサ球菌による上気道の感染症です。
- ・いずれの年齢でもおこりますが、特に学童期の小児に多く起こります。
- ・冬季及び春から初夏にかけての2つの流行のピークが見られます。

○症状など

- ・2日～5日の潜伏期を経て、突然の発熱と全身倦怠感、咽頭痛によって発症し、しばしば嘔吐を伴います。
- ・感染の初期には、舌が白いコケに覆われたようになり、数日後には、莓舌と呼ばれる赤いぶつぶつが見られることがあります。
- ・まれに重症化し、喉や舌、全身に発赤が広がる「猩紅熱(しょうこうねつ)」に移行することがあります。
- ・抗生物質が有効で、服用後2～3日で症状が改善しますが、リウマチ熱や急性糸球体腎炎等といった合併症を防ぐため、処方された薬を、指示どおりに飲みきることが大切です。

○感染経路

- ・患者のせきやくしゃみのしぶきに含まれる細菌を吸い込むことによる「飛沫感染」、あるいは細菌が付着した手で口や鼻に触れることによる「接触感染」が主な経路です。

○予防方法など

- ・患者との濃厚な接触は避け、「うがい」、「手洗い」を励行することが大切です。
- ・感染性は急性期にもっとも強く、その後徐々に減弱します。

○出席停止となりますので、診断がでた場合には学校へ知らせてください。
出席停止期間については医師の指示に従ってください。