

ほけんだより 11月

新座市立東北小学校
校長：斎藤 直之
養護教諭：山崎 萌花
令和7年11月4日



冬が近づくにつれて、発熱などの風邪症状で休む児童が増えました。10月には2年生の1クラスでインフルエンザによる学級閉鎖を行いました。インフルエンザのほかにも、低学年を中心に溶連菌感染症の児童が10月で10名程度発生しています。児童が感染症にかかった場合は、集団感染を予防するために出席停止になる期間が法律で定められています。発熱等の風邪症状があった場合は、無理して学校に登校せずに、体調がよくなるまで休みましょう。そして、感染拡大防止のためにも、なるべく医療機関を受診するようにしましょう。

★出席停止になる感染症

感染症名	出席停止期間
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(解熱)してから1日経過後
インフルエンザ	発症後5日経過し、かつ解熱後2日経過
流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	耳下腺、頸下腺または舌下腺の腫脹が発現した後5日を経過し、かつ、全身状態が良好になるまで
水痘	全ての発疹が痂皮化するまで
咽頭結膜熱（プール熱）	主要症状消退後2日経過まで
結核	伝染の恐れがないと医師が認めるまで
溶連菌感染症	適切な抗菌薬治療開始後24時間が経過し、症状が改善するまで
感染症胃腸炎 (ロタウイルス・ノロウイルスなど)	症状が改善し、全身状態が良好になるまで

上記のほかにも、病名のつく感染症と診断されたときには出席停止になる可能性がありますので、学校までご連絡ください。

【参考】出席停止期間の考え方

例：インフルエンザ（発症後5日経過し、かつ解熱後2日経過）の場合→発症・解熱した日は0日目と数える。

発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
発熱	解熱					登校可 	
発熱		解熱				登校可 	
発熱			解熱			登校可 	
発熱				解熱		登校可 	

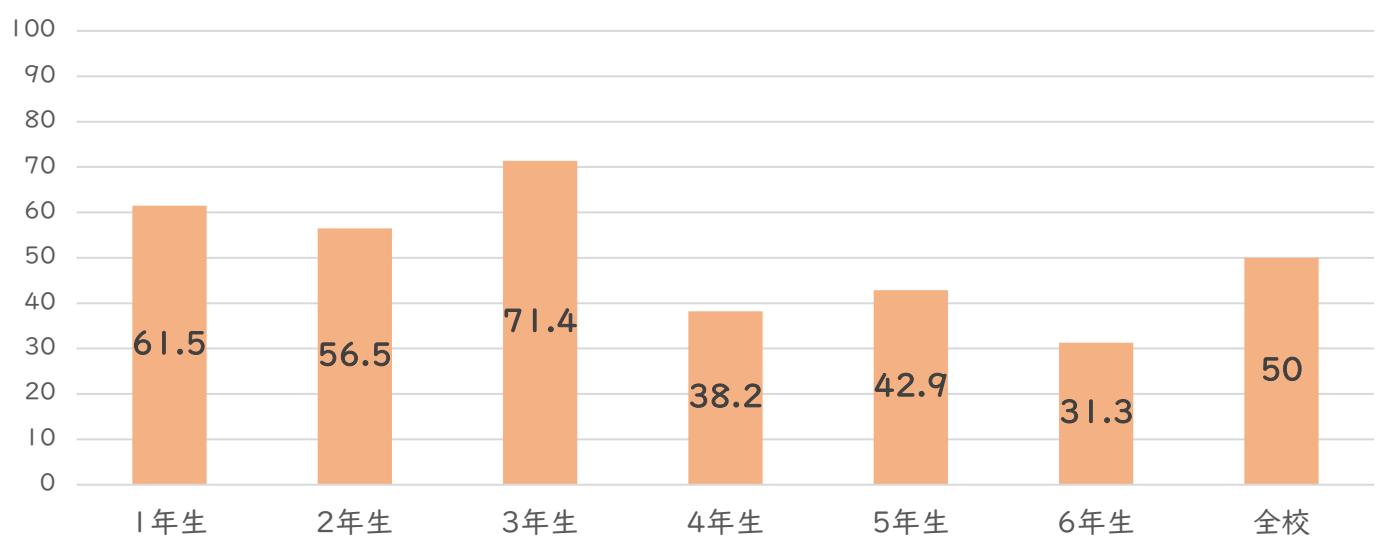
11月8日は「いい歯の日」

11月8日は語呂合わせから「いい歯の日」です。歯に関する記念日は、ほかにも4月2日「歯列矯正の日」や4月18日「よい歯の日」、6月4日～10日「歯と口の健康週間(旧:虫歯予防デー)」など、1年間で10個以上あると言われています。歯の記念日をきっかけに毎日使う歯の健康について見直してみましょう。

10月末時点での歯科健診で見つかったむし歯の受診率は50%です。昨年度の同時期の受診率は70.5%でしたので、比較するとかなり下がっていることがわかります。また、1～3年生の受診率は6割程度なのに対し、4～6年生では5割に満たず、低・高学年の間で受診率に差が見られます。

風邪などと違って、むし歯は自然に治ることのない病気です。歯科健診は5月に実施したので、そこからむし歯の状態が悪化している可能性もあります。歯科健診でむし歯と診断されて、まだ受診していない児童には今週中に再度「歯科健康診断結果のお知らせ」のおたよりを出しますので、なるべく早めに歯科医院を受診するようお願いします。

R7 むし歯の受診率



歯みがきで風邪予防

歯みがきにはむし歯や歯周病の予防など口の中の健康を保つほかにも、感染症を防ぐ効果があります。口の中が不潔だと、菌が増えやすくなります。特に歯周病の原因となる菌にはウイルスと結びつきやすい性質があるため、口内に菌が多いと体内により多くのウイルスが侵入してきて、新型コロナウイルス感染症やインフルエンザなどの感染症が起こりやすくなるという仕組みです。歯みがきをこまめにすることで口内の菌を少ない状態を保つと、感染症にかかるリスクを減らすことができます。感染症が増えるこれからの季節、こまめな歯みがきをより意識してみてください。