

12月のほけんだより

令和4年12月1日
熊谷市立三尻中学校

三尻中のシンボルツリー、メタセコイアと銀杏の大樹から葉が舞い降りて、足元を黄金色に染めています。

本校では、11月下旬から新型コロナウイルス感染症による感染者が増加し学級閉鎖を行うなど、感染対策に努めていますが心配な状況が続いています。一人ひとりが、規則正しい生活・適度な運動を心がけて、免疫力をアップさせた上で、感染対策も抜かりなく実施していけるといいですね。ご協力をお願いします。

12月の保健目標
かぜやインフル、
感染症を予防しよう

【手洗いグランプリ(11/16~29)】～保健委員会から呼びかけました～ ～コロナとインフルのダブル感染予防をしよう～

手洗いで忘れがちなポイント

- ① 石けんで
 - ② 指の間から手首まで
 - ③ 20秒以上
 - ④ 掃除後にも
 - ⑤ 自分のハンカチで拭いている
- 汚れ落ちてる?
- 

手洗いグランプリ ～完璧な手洗いでコロナ・インフルのダブル感染予防！～

できなかった人数を記入！ 全員ができた=0人を目標そう！ 【11/16水～11/29火】～生徒保健委員会

1日の会で実施(実際の仕方や前日結果など) / 1週間の会で実施(職員室前) / 1日の会で実施(放送) / 結果速報 / アンケートの結果

日付け\クラス	1の1	1の2	1の3	1の4	1の5	2の1	2の2	2の3	2の4	3の1	3の2	3の3	3の4	3の5	7-8-9
クラス人数	31	31	30	31	31	39	39	39	39	36	34	35	36	36	11
16日(水) 自分のハンカチで拭いている	10	16	8	6	14	30	10	16	18	15	29	17	13	0	0
17日(木) 指の間から手首まで洗う	0	4	1	0	9	3	4	29	0	5	0	7	13	20	0
18日(金) 20秒以上洗う	0	6	1	0	14	9	4	0	0	5	0	3	18	27	0
21日(月) 掃除後も洗う	0	0	0	6	4	0	0	2	1	12	0	10	13	0	0
22日(火) 石けんで洗う						0	0	0	0	0	0	1	0	0	0
24日(木) 指の間から手首まで洗う	0	0	0	1	11	0	0	0	0	2	0	0	0	1	0
25日(金) 20秒以上洗う	2	1	0	0	6	1	0	0	2	0	0	0	1	0	0
28日(月) 掃除後も洗う	3	4	3	4	6	2	2	0	2	4	0	19	0	3	0
29日(火) 自分のハンカチで拭いている	0	0	0	0	1	2	0	0	0	6	0	0	0	0	0
合計	15	7	13	17	65	20	29	47	21	51	63	31	198	0	0

学年毎の結果で1位は、1年生→3組！2年生→1・2組が同点！3年生→2組！全校では789組が1位でした！項目別では【石けんで洗う】がよくできていて、【自分のハンカチで拭く】【指の間から手首まで】はできている人が少ない傾向でした。これからも丁寧な手洗いをずっと習慣に！

どのくらいできたか毎日記入。結果は給食時に放送。

近づいてきました！受診率 100%！ 未受診者数（受診率） 11/30現在

学年	歯科	視力	尿聴力	耳鼻科	合計
1年生	5人(73.7%)	9人(88.2%)	6人(53.8%)		20人(81.4%)
2年生	4人(85.7%)	5人(94.5%)	2人(33.4%)		11人(91.0%)
3年生	8人(80.5%)	11人(86.2%)	0人(100%)		19人(84.5%)
全校	17人(80.6%)	25人(89.8%)	8人(55.6%)		50人(85.8%)

*11/15耳鼻科検診があり受診が必要な人には新たに勧告しました

100%達成！
第2位(11/5)
1年3組



今月は「再視力検査」や「歯磨き練習」を保健室で行います。健康は一生の宝！眼や歯の健康ついて、一緒に考えましょう！！

急な発熱！不調！コロナ第8波、インフル本当に心配です



本人や家族の体調不良時は登校せず、受診をお願いします
学校への連絡もお願いします。十分に治ってから登校しましょう。どうぞお大事に！

★感染症の出席停止期間★

【詳細は受診先医師の判断を受けてください】



新型コロナウイルス感染症

【陽性判明者】→ 発症日を0日。翌日から7日間経過、かつ症状軽快から24時間経過した場合、8日から解除可能。

(※ただし10日間経過するまでは自主的な感染予防行動を徹底する)

【無症状の場合】→ 検査日を0日。翌日から7日間経過した場合、8日目から解除可能。5日目の抗原キット検査で陰性を確認した場合は、6日目に解除可能。

(※ただし7日間が経過するまでは自主的な感染対策行動を徹底する)

【同居家族が陽性者（濃厚接触者）】→ 同居家族の陽性発症日または感染対策を講じた日のいずれか遅い方を最終接触日0日。5日間経過して発症がない場合に解除。(無症状の場合、2日目、3日目に抗原定性検査キットによる検査で陰性ならば3日目から解除可能。

(※ただし7日間が経過するまでは自主的な感染対策行動を徹底する)

【国及び埼玉県ガイドラインより】

インフルエンザ

発症日を0日。翌日から5日間を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで

溶連菌感染症

抗菌薬による治療開始後24時間経過するまで

感染性胃腸炎

嘔吐・下痢症状が消失後、全身状態が改善するまで

【学校における感染症発生時の対応：学校保健会より】



からだの中から 冷え対策

教室が常時換気をしているため寒さを感じることもあると思います。寒いと免疫力も下がります。寒さ対策もお願いします

たっぷり睡眠
朝ごはん

軽い運動

水筒の中身は
温かいものを

ストレスを
ためない

湯ぶねに
つかる



3つの首をあたためよう
温かい
下着
タイツ
腹巻