



平成28年12月20日
和歌山大学教育学部附属特別支援学校
養護教諭 鶴岡 尚子

12月は何かとあわただしいですね。生活リズムが崩れがちで、また感染症もはやる時期です。みなさんにとってはクリスマスに冬休みと、お楽しみがいっぱいの月ですが、体調管理には十分気を配るようにしましょう。

いま注目の
感染症

インフルエンザの出席停止期間について 学校保健安全法施行規則第十九条

「解熱後2日が経過するまで」かつ「発症後5日が経過していること」が

登校開始の条件です。



本校では、まだインフルエンザにかかった人はいませんが、世間ではすでに流行期に入っています。休み期間について上記のように定められていますので、ご協力をお願いします。



薬の効果で熱が下がっても、インフルエンザウイルスの感染力はしばらくの間残っています。出席停止期間に従い、感染力が弱くなるまで登校を控えることで、インフルエンザの蔓延を防ぎましょう。インフルエンザと診断されたら、学校から「インフルエンザによる欠席届け」をもらって保護者の方が記入し、学校に提出することで出席停止扱いとなります。

いのちがくしゅう 総合産業コース2年生 ようこそ！あさちゃん、ひめちゃん、谷口先生

たびたび授業に来ていただいている、現在育休中の谷口先生。今回は、9月に誕生したばかりの“あさちゃん”と、2歳のお姉ちゃん・ひめちゃんと一緒に、初めて高等部の授業に来てくださいました。総合産業コースではこれまで助産師さんと命の誕生について学び、赤ちゃん人形を抱っこするという体験をしてきました。が、本物の赤ちゃんに触れ合うのは初めて！最初は全員、とても緊張した様子。



谷口先生に教えていただき、助けを借りながら、あさちゃん・ひめちゃんのことを理解し、コミュニケーションをとろうと努力する姿が見られました。そして、握手、抱っこ、おむつ交換などをさせていただくと、みんなはホッとしたような、自信がついたような誇らしげな表情になっていましたよ。今回感じた温かな気持ちを忘れず、相手を思いやる人間関係を築ける人になってくださいね。

保護者のかたに向けた

〇〇。ちょっとひと息…こころのおはなし

インフルエンザ流行の実感はまだありませんが、嘔吐下痢の胃腸炎は、本校の子どもや家族がかかっている人が出ています。私も先週、娘の嘔吐下痢がうつり苦しんだところ。嘔吐物や便は直接触らない（とは言うものの、子どもは突然吐くからどうしても触ってしまいますよね…）、タオルは共有しない、塩素消毒をするなど、気を付けてはいましたが、感染を防ぐことはできませんでした。

嘔吐下痢の原因の1つ、ノロウイルスは治療薬や予防ワクチンがないため、かかってしまうと嘔吐や下痢が治まるのを待つしかありません。唯一できる対策は抵抗力を高めることです。規則正しい生活をし、栄養バランスのとれた食事をするのは基本ですが、加えて最近注目されているのが“腸”を元気にすること。腸には全身の7割の免疫細胞が集まり、病気などのトラブルと最前線で闘っています。腸内環境を整えるのに必要なのが乳酸菌。特にヨーグルトがおすすめです。これ以上、菌やウイルスに負けるわけにはいかん！ということで、これから毎日ヨーグルトを食べて、この冬の健康維持を目指す覚悟です。

