

# 保健だより 5月

平成29年5月8日(月)  
金沢桜丘高等学校 保健室

新年度がスタートして、1ヶ月が過ぎようとしています。そろそろ疲れが出てくる時期ですが、明日は陸上競技大会です。競技や応援を通して友達同士が交流できるよい機会ですね。でも・・・すぐそこに1学期中間試験が待っています。睡眠時間を削って試験勉強するのではなく、睡眠時間をしっかり確保して効率のよい学習スタイルを固めましょう。

## 思いあたる人はいませんか？



ゴールデンウィーク  
4月 → 5月GW → GWのあと



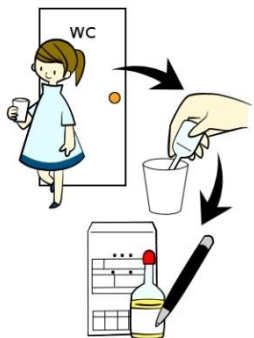
## 健康診断は

## 受けた後が大事!

健康診断は「受けた→終わり」ではありません。今週中に「受診勧告のお知らせ」を配布する予定です。もらった人は、早めに受診して下さい。特にむし歯に関しては早急に予約を取って治療を始めてください。

文武両道を実行するには“健康第一”です。

## 5月11(木)・12日(金) 尿検査です! 検尿2検査&前回未提出者



2次検査の人には容器・用紙が配布されます。前回未提出者の人は今回必ず提出して下さい。担任の先生から未提出の人は氏名報告があります。容器等がない人は保健室に取りに来ること。

今回、生理で提出が出来ない生徒は保健室に言いに来ること!!

## 季節外れのインフルエンザ発生


インフルエンザの報告を4月は2人、5月は7人受けています。また発熱等の体調不良で早退する人も4月下旬から少し増えてきました。発熱等で早退してインフルエンザの診断を受けた場合は学校に連絡をお願いします。



# 麻疹の予防について！！

## 麻しん(はしか)の特徴

- 潜伏期間は**10日程度**
- 発熱・咳・鼻水など風邪のような症状のあと  
2～3日後には**39度以上の高熱と発疹**
- 肺炎や中耳炎などの**合併症を起こしやすい**
- 患者**1000人に1人の割合で**  
**脳炎を発症する**といわれている



ニュースや新聞でも取り上げられていますが、金沢市で4月24日に4例目の麻しんの患者の報告がありました。

# 麻疹の予防接種について！！

麻しんは空気感染する感染症です。麻しんウイルスの直径は100～250nmであり、飛沫核の状態で空中を浮遊し、それを吸い込むことで感染しますので、マスクを装着しても感染を防ぐことは困難です。麻しんの感染発症を防ぐ唯一の予防手段は、予めワクチンを接種して麻しんに対する免疫を獲得しておくことです。

## 本校の麻疹予防接種状況

	1年生	2年生	3年生
I 期未接種者	0人	0人	0人
II 期未接種者 or 不明	56人	76人	44人

平成2年4月2日以降に生まれた人は、予防接種法の改正により、麻しんの予防接種を2回受ける機会があったため、感染の可能性は低いと考えられますが、今一度、母子手帳で2回接種が済んでいるかをご確認してください。

● 平成2年4月1日以前に生まれた方は、幼児期に1回予防接種を受けてから相当の年月が経過していますので、感染防御のための十分な免疫がない可能性があります。医療機関に相談の上、ワクチン接種をお勧めします！

● 麻しんワクチンを1回のみ接種している場合、典型的ではない症状を呈することがあるため（修飾麻しん）、風邪と思っていても実際には麻しんの可能性があるため注意が必要です。