



MARIST BROTHERS INTERNATIONAL SCHOOL

HEALTH HANDBOOK

UPDATED: July 16th, 2021

Table of contents

目次

Table of contents	2
目次	2
スクールヘルスオフィス	4
Health Office Etiquette	4
ヘルスオフィスでのエチケット	4
Role of the Health Officer	5
ヘルスオフィサーの役割	5
Student Health Record forms	7
ヘルスフォームについて	7
Physical Examination Form	8
健康診断	8
Immunization Requirements	8
予防接種	8
Lost or Damaged Immunization Records	9
予防接種の損失	9
Vaccination Refusal	9
予防接種の拒否	9
Catch-up Vaccinations	10
未接種のワクチン	10
Tuberculosis (TB) Screening	10
結核(TB)のスクリーン検査	10
TB skin test (PPD test) and IGRA test (Quantiferon/T-spot test)	10
ツベルクリン反応(PPD)検査とIGRA検査(クオンティフェロン/T-スポットテスト)	10
Mandatory Chest X-Rays (ONLY for 10th Grade Students)	11
必須胸部レントゲン(10年生進級時のみ)	11
Medical Conditions	11
持病	11
Conditions for Exclusion from School	12
自宅待機の条件	12
Conditions for Keeping Your Child at Home	12
生徒の健康状態に対する登校の条件	12
Conditions for Sending Students Home	13
早退に関する条件や症状	13
	2

Infectious diseases, Outbreaks and Exclusion Periods	13
感染症の流行および通学停止期間	13
Physician's Certificate to Resume School	15
登校許可証	15
Importance of Hand Hygiene and Cough Etiquette	15
手洗いや咳エチケットの徹底	15
School Rules Regarding Influenza	16
インフルエンザに関する規則	16
Head Lice and Nits (Pediculosis capitis)	19
アタマジラミ(Pediculosis capitis)	19
Accident or Injury in School	20
学校での怪我や事故	20
Arranging a Third Contact person	21
第三者の緊急連絡先	21
Air pollution in Japan: Particulate Matter (PM)2.5 and Air Quality Index (AQI)	21
日本の大気汚染:PM2.5と空気質指数(AQI)	21
Heat related illnesses	22
熱中症	22
Automated External Defibrillator (AED)	23
自動体外式除細動器(AED)	23
Prescribed and Over-the-Counter Medications	23
処方薬やOTC薬の投薬	23
Participation in Extracurricular Activities	24
課外活動への参加	24
Allergies	24
アレルギー	24
Peanuts and other food allergens	25
ピーナッツやその他食物アレルギー	25
CONCLUSION	25
最後に	25
Appendix A	26
Appendix B	27
Appendix C	28

Marist Brothers International School

School Health Regulations

School Health Office

スクールヘルスオフィス

MBIS (the school hereafter) maintains a small Health Office with a full time staff. A school doctor is on staff; however, the doctor only assists on an on-call basis. Students are referred to the Health Office with a note from their teachers or accompanied by a faculty member. Initial assessments are recorded and the Health Officer will provide care accordingly. Students are generally allowed in the Health Office for up to one hour. All students will be under the direct supervision of the Health Officer at all times. After an hour, if the Health Officer deems it is in the best interest of the student to be sent home to rest or to be seen by a doctor, a parent and guardian will be contacted for their child to be sent home or be picked up, otherwise the student will return to class. As a general rule, elementary school students will not be sent home alone — even if they commute to school independently — other than in exceptional circumstances. For safety reasons, parents and guardians must call the school to notify of their child's safe arrival home.

MBISには小規模なヘルスオフィスが設置されており、フルタイムでスタッフが勤務しています。学校には専属の訪問医がいますが、常駐はしていません。生徒がヘルスオフィスを利用する際にはスタッフの付き添いか、教員のノートが必要です。ヘルスオフィスの訪問時には症状の評価と症状に適した応急処置を施し記録されます。生徒は原則として最長1時間までヘルスオフィスを利用することができ、1時間以内にクラスに復帰するか早退するかの決定をします。ヘルスオフィサーが早退、または受診を勧める場合、保護者に連絡をし、生徒を一人で帰らせるか保護者の迎えが必要かの決定をします。モンテッソーリと初等部の生徒は、通常自分一人で通学している場合でも、早退時には原則として保護者の迎えが必要になります。生徒の安全確認のため、一人で早退した生徒が無事帰宅した後、保護者には学校事務室に連絡をしていただきます。

Health Office Etiquette

ヘルスオフィスでのエチケット

When students are injured or sick, they are often upset and in a mild distress. However, when visiting the Health Office, students are expected to follow the guidelines below as much as possible so that first aid treatment can be expedited and to provide a safe environment for all students and staff.

生徒がヘルスオフィスを訪れる際はケガや体調不良で動揺している事が想定されますが、その場合でも安全を確保し、最適な応急処置を可能にするため、一定のマナーを守る事が求められます。

1. **Knock on the door.** Sometimes there are sick students resting or sleeping in the Health Office or, the Health Officer may be attending to a student in a privacy-seeking situation. Please enter the Health Office by knocking on the door and wait to be greeted by the Health Officer.

ノックをする。ヘルスオフィスでは他にも体調不良で休んでいる生徒がいる可能性がある他、プライバシーを要する案件にヘルスオフィスを使用している場合があります。ヘルスオフィスに来室する際には必ずドアをノックし、迎え入れられるまで待つようにしてください。

2. **Visit the Health Office with no more than one other student.** The school Health Office is not a large space. Therefore, it is overwhelming when a crowd of students accompanies a single visiting student.

付き添いは1人までにします。ヘルスオフィスは決して大きなスペースではありません。一人の生徒に対しての不必要な大勢での付き添いは混乱を招きますので避けてください。

3. **Let the student who is sick/injured do the talking.** Oftentimes, students that accompany the sick/injured student will do the talking. Unless the sick/injured students are unable to speak for some medical reason, let them talk for themselves in order to avoid any misunderstanding of the situation.

ケガや体調不良を訴えている生徒本人が話をする。生徒の付き添いで来た生徒が代弁して事情説明をする事がありますが、誤解を避けるため本人が話をできない特別な理由がない限り、本人に説明してもらいます。

4. When seeing the Health Officer, **speak calmly and clearly,** informing the following details:

ヘルスオフィスに来室する際には落ち着いて明確に下記の情報を提供する。

- Name 名前
- Grade 学年
- What happened (who, when, where) 何が起きたのか(誰と、いつ、どこで)
- Why are they seeking the Health Office care ヘルスオフィスでケアして欲しい内容

5. **Bring a teacher's note** unless the student needs immediate medical attention.

緊急を要する場合以外、来室の際は原則その時間の担当教員からのノートを持参する。

Role of the Health Officer

ヘルスオフィサーの役割

The School Health Officer supports student success by providing health care assessment, first aid, and follow ups for all children within the school setting in the seven roles listed below.

以下の7つの役割を果たすことにより、当校のヘルスオフィサーは、学校内のすべての生徒に健康評価、応急処置、および事後確認事項を提供し、生徒達の学校生活をサポートします。

1. The Health Officer provides care to students and staff who have been injured or who have acute illnesses. Care may involve providing basic first aid, communicating with parents regarding the conditions, and referral to proper health care providers. The Health Officer also assists students and staff in planning, monitoring, and evaluating their chronic health conditions.

怪我をしている、または急性の病気を患っている生徒と教職員に対し、基本的な応急処置、保護者への連絡、および適切な医療提供者への紹介をします。また、慢性的な健康問題のある生徒や教職員のケアの計画、観察、評価を支援します。

2. The Health Officer provides leadership for the provision of health services. In addition to providing health services directly, the Health Officer must take into account the nature of the school environment, including available resources. As the health care expert within the school, the Health Officer assesses the overall system of care and develops a plan for assuring that health needs are met. This leadership role includes developing a plan for responding to emergencies and disasters and training staff to respond appropriately. It also involves the appropriate delegation of care within applicable laws.

保健に関するサポートを直接提供することに加えて、学校環境の性質を考慮しながら学校内の健康・安全維持に関する全体的なシステムを評価し、健康・安全への需要が確実に満たされるようにするための計画を策定します。この役割には、緊急事態や災害時での対応に関する計画や、スタッフトレーニング、そして対応の適切な委任も含まれます。

3. The Health Officer provides screening and referral for health conditions. In order to address potential health problems that are barriers to learning or symptoms of underlying medical conditions, the Health Officer often engages in screening activities. Screening activities may include anthropometry (checking body weight/height etc), body mass index, facilitating medical physical examination of students and staff members, or other screening. Determination of which screenings should be performed is based on several factors including legal obligations, the validity of the screening test, the cost-effectiveness of the screening program and the availability of resources to assure referral and follow-up.

学校生活や学習に支障をきたしかねない、潜在的な健康問題を発見し対応するために、健康状態のスクリーニングと、必要に応じて適切な医療機関の紹介をします。このスクリーニングには、身体測定、ボディマス指数、生徒や教職員の健康診断の推進等が含まれます。実施すべきスクリーニングの決定は、法的義務、スクリーニングテストの有効性、スクリーニングプログラムの費用対効果、照会と事後確認を保證するためのリソースの可用性など、いくつかの要因に基づいて行われます。

4. The Health Officer promotes a healthy school environment. The Health Officer provides for the physical and emotional safety of the school community. The Health Officer monitors immunizations, assures appropriate exclusion from and re-entry into school and reports communicable diseases as required by law. The Health Officer provides leadership to the school in implementing precautions for bloodborne pathogens and other infectious diseases. The Health Officer also assesses the physical environment of the school and takes actions to improve health and safety. Such activities may include an assessment of the playground, indoor air quality evaluation or a review of patterns of illness or injury to determine a source of concern. Additionally, the Health Officer addresses the emotional environment of the school in conjunction with the school counselor and the safeguarding team to decrease conditions that may lead to bullying, violence and/or an environment not conducive to optimal mental health and learning, and introduce external services as needed.

学校関係者の身体的および精神的な安全を提供するため、健全な学校環境を促進します。生徒一人ひとりの予防接種の状況を把握し、法律で義務付けられている伝染病の報告や、感染者の適切な通学停止や通学許可を促します。血液媒介性病原体やその他の感染症の予防策を講じる上で、学校の物理的な環境を評価し、生徒や教職員の健康と安全を改善するため活動します。このような活動には、遊び場の評価、室内空気質の評価、または問題の原因を特定するための病気やけがのパターンの検証が含まれます。さらに、スクールカウンセラーや保護管理チームとの協力の下、いじめ、暴力、または最適な学習環境を損なったり、メンタルヘル스에悪影響を及ぼす可能性のある状態を改善するためのより良い環境づくりに努め、必要に応じて外部サービスを紹介します。

5. The Health Officer provides health education by providing health information directly to individual students, groups of students or classes, or by providing guidance about the health education curriculum, encouraging comprehensive, sequential and age-appropriate information. The Health Officer may also provide programs to staff, families and the community on health topics. Other health promotion activities may include health fairs for students, families or staff; consultations with other school staff such as food service personnel or physical education teachers regarding healthy lifestyles; and staff wellness programs. The Health Officer is a member of the coordinated school health team that promotes the health and well-being of school members through collaborative efforts.

個々の学校関係者やグループ、または学級に直接健康に関する情報を提供することにより、または健康教育カリキュラムに関するガイダンスを通じて保健教育を奨励し、包括的、逐次的で年齢に応じた情報を提供します。また、スタッフ、家

族、地域社会に対し、健康問題に関する学習機会を提供する場合があります。その他の健康増進活動には、学生、家族、またはスタッフのための健康フェアや、健康的なライフスタイルに関するカフェテリア職員や体育教師などの他の学校職員との協議も含まれます。協調的な取り組みを通じて学校のメンバーの健康と福祉を促進します。

6. The Health Officer takes a leadership role in the development and evaluation of school health policies. The Health Officer participates in and provides leadership to coordinated school health programs, crises/disaster management teams and school health advisory councils. Additionally, the Health Officer participates in measuring outcomes or research, as appropriate, to advance the profession and advocates for programs and policies that positively affect the health of students.

学校の保健原案の策定と評価において指導的役割を果たすために、調整された学校保健プログラム、危機/災害管理チーム、および学校保健諮問委員会に参加し、さらに、結果の測定や、必要に応じて調査に参加するなどして、学生の健康にプラスの影響を与えるプログラムや方針を提唱します。

7. The Health Officer serves as a liaison between school personnel, family, community and health care providers. As a case manager, the Health Officer communicates with the family through telephone calls, assures them with written communication and home visits as needed and serves as a representative of the school community. The Health Officer also communicates with health care providers and health care agencies while ensuring appropriate confidentiality, developing partnerships and serving on coalitions to promote the health of the community. The Health Officer may take on additional roles to meet the needs of the school community.

学校の職員、家族、地域社会、および医療提供者の間の連絡役を務めます。ケースマネージャーとして保護者や関係者と連絡を取り、必要に応じて書面での連絡と訪問を家族に伝え、学校コミュニティの代表者としての役割を果たします。また、適切な機密性を確保し、パートナーシップを構築し、医療提供者や医療機関と連絡を取り合いながら、地域社会の健康を促進するために奉仕します。

Student Health Record forms

ヘルスフォームについて

The Student Health Record forms must be completed by a guardian before starting school. Students will not be refused admission to the school based solely on their medical status, unless the school determines that its resources are insufficient to accommodate the student's medical needs. However, students WILL NOT be allowed to start school until all health forms are turned in to the Health Officer. Parents and guardians will be contacted by the school a minimum of once a year in order to retain the most updated medical records of your child. Parents and guardians are strongly encouraged to inform the Health Officer with students' medical updates at the time of changes.

スチューデントヘルスフォームは入学前に必ず保護者によって記入をしていただきます。ヘルスフォームが全て提出されるまでは入学は認められませんのでご注意ください。当校では持病がある事だけを理由に入学を拒否する事はありませんが、もし学校の設備が持病のある生徒の安全な学校生活をサポートする上で十分でないと判断される場合はこの限りではありません。保護者には学校から少なくとも年に一回連絡があり最新の記録を提示するように求められます。健康状態やヘルスフォームの記載に変化が生じた場合は直ちに学校にお知らせ下さい。

Physical Examination Form

健康診断

The students in the following grades must receive a physical examination at a medical facility. The physical examination form must be filled out, signed and dated by the physician.

下記の学年へ進級する生徒や条件に合う全生徒は、医師による健康診断がひつようです。健康診断の記録には受診時の日付と医師のサインが記載されている必要があります。

- All new admitting students 全ての新入生
- Grade 1 1年生
- Grade 4 4年生
- Grade 7 7年生
- Grade 10 10年生

Students will be excluded from school until all health forms are turned in. Also, please note that your child must undergo a physical examination in two consecutive years if your child was admitted into one grade before the physical examination is mandated. The physical examination will be waived if your child's last physical examination was performed 6 months prior to the first day of the above grades.

上記の学年への進級時は健康診断書が提出されるまで自宅待機をしていただきますのでご注意ください。上記の学年に上がる前年に入学した生徒も上記の学年へ進学する際に再び健康診断を受ける必要があります。ただし、上記の学年への進学が入学から6か月以内の場合はこの限りではありません。

Immunization Requirements

予防接種

The school has adopted the Japanese Immunization Schedule to secure the health and safety of students, teachers and staff. The required vaccinations will change accordingly with the most current Japanese immunization schedule. The Japanese Immunization Schedule is available at the Infectious Disease Surveillance Center (<http://www.nih.go.jp/niid/ja/vaccine-j.html>). The following is a list of mandatory and strongly recommended immunizations for attending the school. All mandatory immunizations must be completed or up-to-date with medical vaccination schedules before starting school. Students WILL NOT be allowed to start school until all routine immunizations are completed and all health forms are turned in. Strongly recommended vaccinations are not required by the school; however, students without a vaccination or a known history of immunity to these diseases may be asked to stay home in cases of an outbreak at the school.

当校では日本で最新の予防接種の推奨時期や規則に則り全校生徒に接種をお願いしています。そのため、日本での規則の変化により学校の規則も変わる可能性があります。日本での規則については国立感染症研究所 <http://www.nih.go.jp/niid/ja/vaccine-j.htm> をご参照ください。当校の現在の規則は下記の通りです。必須の予防接種はお子様の年齢に適した接種が完了している必要があります。正式な接種記録が提出されるまで出席していただけませんのでご注意ください。任意予防接種については受けていなくても入学に差し支えありませんが、もし学校でそれらの病気が流行した場合、予防接種を受けていない生徒は流行が終息するまで自宅待機になる場合があります。

Routine Vaccinations (Mandatory) 定期予防接種(必須)

- DTP (Diphtheriaジフテリア Pertussis破傷風 Tetanus百日咳)
- DT (Diphtheriaジフテリア Pertussis破傷風 Boosterブースター)
- Polio (小児麻痺)

- MR (Measles麻疹 Rubella風疹)
- Japanese Encephalitis (日本脳炎)
- Hepatitis B (B型肝炎) (Children born after April 2016・2016年4月以降生まれの生徒)

Strongly Recommended Vaccinations (Optional) 強く推奨する予防接種(任意)

- Mumps (ムンプス/おたふく風邪)
- Chickenpox (水痘/水疱瘡)
- Haemophilus influenzae type b - Hib (インフルエンザ菌b型 - ヒブ)
- Hepatitis A (A型肝炎)
- Hepatitis B (B型肝炎)(Children born before April 2016・2016年4月以前生まれ)
- Pneumococcal - Prevenar (小児用肺炎球菌 - プレベナー)
- Tuberculosis - BCG (結核 - BCG)
- HPV - Cervarix® or Gardasil® (ヒトパピローマウイルス)

Lost or Damaged Immunization Records

予防接種の損失

Japanese routine vaccinations are mandatory at the school in order to protect the health of our students, teachers, and staff in the event of an infectious disease outbreak. Therefore, students WILL NOT be allowed to start school until they are up-to-date with the Japanese routine immunizations schedule. A copy of the immunization records must be submitted along with the health forms to prove that the student does not have any outstanding vaccination at the time of admission.

In case of damaged or lost immunization records, and if the parents or guardians cannot provide the child's most current immunization status, parents or guardians must first attempt to track down and find their children's immunization records from places such as previous schools, doctor's offices, or local city or ward health departments. If the child's immunization record cannot be recovered or retrieved, a student can either get re-vaccinated with the routine vaccines or show serological evidence of immunity.

当校で必須の予防接種は学校での全ての生徒や教職員を感染症の流行から守るために定められています。そのため、年齢に適した必須予防接種が済んでいない生徒は授業に参加していただけません。登校を開始するためには全ての予防接種の記録を提出し、今現在出来る限りの予防接種が済んでいる事を証明する必要があります。もしも過去の予防接種の記録を紛失したり、喪失して提出する事が不可能な場合、過去に通っていた学校やかかりつけ医に連絡をし、複製記録を入手するか、それも無理な場合は、再接種または接種記録のない病気に対する抗体検査を受けていただく必要があります。

Vaccination Refusal

予防接種の拒否

Families who choose not to vaccinate their children with mandatory vaccinations WILL NOT be allowed to attend school. Parents/guardians are asked to discuss their concerns and reasons for refusal with the Health Officer and the Head of School before their child is officially excluded from school. The only exception to this regulation is if your child is allergic to any of the mandatory vaccines. A written letter must be presented from a physician in order for a student to be waived from meeting the school requirements.

学校で必須になっている予防接種を拒否される場合は原則として登校していただけません。予防接種に抵抗がある保護者はその意向と理由をヘルスオフィサーと学校長にご相談ください。もし生徒に予防接種の材料に対しアレルギーがある場合は特別に免除される場合がありますが、医師による同意書が必要になります。

Catch-up Vaccinations

未接種のワクチン

Contact the Kobe Health Office at 078-232-7586 for immunization consultations (Japanese only). Explain your child's immunization status in detail and they will assist you in setting up a suitable catch-up immunization schedule for your child. In this case, since it will take some time to complete the immunizations, the school will grant leeway before the student will be excluded from school.

未接種のワクチンについてはお住まいの自治体の保健所(神戸市保健所・予防衛生課078-232-7586)にて状況を説明し、適切な追加接種の指示を受けてください。保健所の指示通りに予防接種を進められている場合は、接種予定票を提出していただいた上で接種完了前でも登校が許可されます。

Tuberculosis (TB) Screening

結核(TB)のスクリーン検査

The school has students from many different countries in the world, including students from countries where tuberculosis is highly prevalent. The BCG vaccination does not guarantee an absolute immunity from TB. In order to prevent tuberculosis outbreak at school, **we require all newly admitted students to be screened for tuberculosis** regardless of their residency and nationality or history of BCG vaccination. A TB screening test must be done before the student's first day of school and your child will not be allowed to start school until the screening test result has been submitted. The TB screening test can only be waived if your child's last test was performed 6 months prior to your child's first day of school and if a certified copy of the test result is submitted along with the health forms.

当校には常に結核蔓延国も含む諸外国からの生徒が多数在籍しています。BCG予防接種は結核への免疫を完全に保証することはできません。このため、学校での肺結核の流行を予防するために、出身国やBCG予防接種の有無に関わらず全ての新入学生に**TB**の検査を実施していただいています。入学初日までに必ず検査の陰性が確認されている必要があります。また、確認されるまでは登校していただけません。入学初日より6か月以内にTBの検査を受けられていて、記録を提出していただける場合は入学時の実施は免除されますが、病院からの記録を必ず提出してください。

TB skin test (PPD test) and IGRA test (Quantiferon/T-spot test)

ツベルクリン反応(PPD)検査とIGRA検査(クオンティフェロン/T-スポットテスト)

A Tuberculosis skin test or PPD test, determines if a person has been exposed to the tuberculosis bacteria. It may also detect the early stage of tuberculosis before the tuberculosis infection has progressed to the tuberculosis disease.

Your child must be taken back to the clinic to have the result read by the doctor 48 hours after the shot has been given. Please check your personal schedule and the clinic's business hours before making your appointments. The result will be considered void if you do not return exactly 48 hours after the initial test. You will then be required to retake the test, at an additional cost. The PPD test is not offered at all doctor's offices in Japan. Please call and consult with your doctor prior to your visit.

ツベルクリン反応(PPD)検査は、過去に結核菌に曝露したことがあるかを調べる検査で、発症前の結核感染を検出することができます。この検査を完了するには、接種から**48**時間後に病院に戻っていただく必要があります。最初の訪問をする前にご自身のスケジュールと病院の診療時間を確認して下さい。**48**時間後に戻れない場合、結果は正確ではないとみなされ、自費で再度接種していただく場合がありますのでご注意ください。結核問診票を熟読し、指示に従ってください。

IGRA test is a blood test that can determine if your child is infected with tuberculosis bacteria. If your child has had a strong positive reaction to the PPD in the past, and further PPD was not recommended, or IGRA test can be performed instead of PPD. If the admission PPD test shows a positive result, you will be requested to perform an additional IGRA test to confirm the result. Please consult the Health Officer for any questions regarding the IGRA test.

IGRA検査は結核菌に感染しているかを調べる血液検査です。もしツベルクリン反応検査で陽性が疑われる場合や、過去に医師からツベルクリン反応を抑えるよう指示があった場合はIGRA検査を受けていただきます。IGRA検査についての詳細はヘルスオフィサーまでお問い合わせください。

Mandatory Chest X-Rays (ONLY for 10th Grade Students)

必須胸部レントゲン(10年生進級時のみ)

All students going into 10th grade must receive a chest X-ray during their physical examinations. The result must be noted by the physician on the Physical Examination Form. This X-ray is done to detect tuberculosis. For more information, please refer to the letter from the school doctor attached to the Tuberculosis Questionnaire. Students advancing to 10th grade WILL NOT be allowed to start school until they have undergone a chest X-ray.

10年生に進級される生徒は全員健康診断を受ける際に胸部レントゲンをを受けていただきます。結果は健康診断の用紙への、医師による記入が必要です。詳細については結核問診表に記載されています学校医からのお知らせをご覧ください。10年生に進級する生徒は胸部レントゲンが完了するまで授業に参加できませんのでご注意ください。

Medical Conditions

持病

Parents/Guardians must inform the school of any acute or chronic medical conditions or receiving the medical treatment that may interfere with the child's regular school activities. These conditions include but not limited to:

生徒に下記やその他、学校生活に影響があるような、急性や慢性の病気がある場合や治療を受けている場合は必ずお知らせください。

- Asthma 喘息
- Depression うつ病
- Diabetes 糖尿病
- Eating disorders 摂食障害
- Epilepsy てんかん発作
- Attention Deficit Hyperactivity Disorder 注意欠如・多動症
- Heart disease 循環器疾患
- Autism/Asperger's syndrome 自閉症・アスペルガー症候群

Conditions for Exclusion from School

自宅待機の条件

There are conditions that a student will be excluded from school if a student fails to adhere to health regulations mentioned below. Any concerns must be addressed case-by-case in meetings with the Head of

School, the Health Officer, and/or the school doctor. Each condition of exclusion is stated in detail in the pages to follow.

下記の条件が満たされていない場合、当該生徒には自宅待機をしていただきます。各事例はヘルスオフィサーと校長、そして場合により学校医との間で話し合い、決定します。

- Turn in completed Student Health Record forms no later than the first day of school.
入学初日までに必要なヘルスフォームを全て提出する
- Turn in completed Physician Examination Form no later than the first day of school.
入学初日までに完全な健康診断の記録を提出する
- All mandatory routine immunization must be completed or up-to-date with a medical vaccination schedule.
日本で必須として定められた予防接種をスケジュールに則って接種する
- Turn in completed Tuberculosis Questionnaire no later than the first day of school.
入学初日までに完全な結核問診票を提出する
- Turn in chest X-ray results (mandatory for G10 students ONLY)
G10スタート時に胸部レントゲンを提出する
- Full compliance with the health regulations stated within.
その他、学校の定める保健に関する決まり事に従う

Conditions for Keeping Your Child at Home

生徒の健康状態に対する登校の条件

In general, we ask that you do not to send your child to school if he/she has:

- A fever (37.5°C and above in the past 24 hours)
- Repeated Vomiting (in the past 24 hours)
- Repeated Diarrhea (in the past 24 hours)
- Chills
- Sore throat
- Severe cold symptoms, with a excessive runny nose or frequent cough
- Communicable diseases (Strep throat, conjunctivitis, untreated head lice, etc)

生徒に下記の症状が見られる場合、原則として自宅療養をお願いします。

- 過去24時間以内の37.5°C以上の発熱
- 過去24時間以内の繰り返す嘔吐
- 過去24時間以内の繰り返す下痢
- 悪寒
- 咽頭痛
- 感染症(溶連菌、流行性角結膜炎、未治療のアタマジラミ、等)
- 重度の風邪症状(重度の鼻水や頻繁な咳)

For emergency management purposes, and in order to keep an accurate attendance record for your child, please **call the school office** at 078-732-6266 or send an email to **info@marist.ac.jp** before 8:30 a.m. to report your child's absence.

緊急事態時の安全確認と正確な生徒の出欠状況を把握するため、欠席をされる場合は朝8時半までに学校事務室まで電話(078-732-6266)またはEmail(info@marist.ac.jp)でご連絡ください。

Conditions for Sending Students Home

早退に関する条件や症状

Students running a fever of 37.5 or higher, excessive vomiting, suffering from severe diarrhea, or suspected to have a communicable disease will be sent home. Each case will be assessed carefully, and the Health Officer will determine if the student or the staff is fit to return to class. Even if a student is not showing extreme signs and symptoms of sickness, if the Health Officer deems it in the best interest of the student or of the people around them, the student may be sent home or asked to be picked up by a parent/guardian. Please be sure that an arrangement can be made to transport your child home from school and that childcare is available in case of illness. If your daytime or emergency phone number changes during the year, the main school office — where all official records are kept — must be notified immediately.

生徒に37.5℃以上の発熱、繰り返す嘔吐や下痢が見られる場合、または感染症の疑いがある場合は早退を促します。全てのケースにおいて、生徒が授業に復帰するべきかどうかはヘルスオフィサーが評価し決定します。生徒に重度の症状が無い場合でもヘルスオフィサーが生徒にとって最善と判断した場合や、周りの生徒や教職員に感染する可能性がある判断した場合は生徒を帰宅させるか、保護者のお迎えを要請する場合があります。いつの時点でも生徒の送迎と看病ができる状態にあるように予め手配をしておいてください。緊急連絡先が変更される場合は、直ちに学校事務室に新しい連絡先をお知らせください。

Infectious diseases, Outbreaks and Exclusion Periods

感染症の流行および通学停止期間

Below are the general rules with regards to infectious diseases. Please follow any special protocols and guidelines set forth by the school in case of an extraordinary infectious disease outbreak.

下記は一般的な感染症に対するルールです。稀な感染症の流行により、特別なルールやガイドラインが定められている場合は、そちらに従ってください。

Parent/Guardian Responsibilities:

保護者の義務:

- Please inform the Head of School or the Health Officer as soon as possible if your child has been diagnosed with any infectious disease, if you have any suspicion your child has been in contact with someone who has an infectious disease, or you have any suspicion your child has an infectious disease (See Appendices A and B).
- Please follow procedures set out by your doctor, the school or Kobe City Health Office for that specific disease.
- 保護者は、お子様が感染症にかかっている、または感染症が疑われる合理的な根拠がある場合は、できるだけ早く学校事務室またはヘルスオフィサーに通知する必要があります。(付記AおよびB参照)

School Responsibilities:

学校の義務:

- The Health Officer will consult with the Kobe Health Office and the Suma Ward Office, if deemed necessary, to receive advice on how to take appropriate and safe measures in response to an outbreak of infectious disease.

ヘルスオフィサーは、必要に応じて神戸保健所や須磨区役所に相談し、感染症の適切かつ安全な対策を講じます。

- If the Head of School, or the Health Officer believes, with reasonable grounds, that a student enrolled at the school has an infectious disease or has been in contact with someone with an infectious disease, they will notify and consult with the Kobe Health Office and the Suma Ward Office and will provide any information necessary as requested by the Kobe Health Office to allow appropriate public health action to control the spread of the disease. The school will follow all directions in consultation with the appropriate Health Office.

合理的な理由で当校に在籍する学生が感染症に感染している疑いがある場合、学校は神戸保健所と須磨区役所に通知して相談し、発生に関する詳細を提供します。学校は、適切な公衆衛生活動により病気の蔓延を制御するために、感染症について通知する際には神戸保健所の要請に応じて必要な情報を提供する義務があります。

学校長、学校医、ヘルスオフィサーが、当校学生が感染症の人と接触した、または感染していると接触したと判断する合理的な理由がある場合、学校の医師および神戸保健所と須磨区役所により定められた対策に従う必要があります。

- If approximately a third of students in a class or a third of the entire school is absent due to an infectious disease, the Head of School may choose to close a class or the school if they deem that it is in the best interest of students' health.

クラスの生徒の約3分の1または学校全体の3分の1が感染症のために欠席している場合、学校長は、生徒または教職員の健康保持のためにクラスまたは学校の閉鎖を決定することがあります。

- Should the Kobe Health Office or the Suma Ward Office recommend the school to close, the Head of School will promptly send a formal letter to notify the school community.

神戸保健所または須磨区役所が学校の閉鎖を勧めた場合、学校長は保護者に正式な書簡を通じて早急にお知らせします。

Periods of exclusion from school for children with infectious diseases:

感染症の学生に対する通学停止期間:

Personal hygiene measures such as hand washing, covering the mouth and nose when coughing or sneezing, covering open wounds, not sharing food or drinks and not attending school when ill or suffering from vomiting and diarrhea are important means of limiting the transmission of a number of common infectious diseases.

The school strongly requires students diagnosed or suspected with an infectious disease or students who have been in contact with any individual with the infectious disease to be excluded from school for the periods specified by a physician and/or the Kobe Health Office/the Suma Ward Office. (See Appendices A and B)

手洗い、咳やくしゃみをするときは口と鼻を覆う、開いた傷を覆う、食べ物や飲み物を分けない、病気や嘔吐や下痢をしているときに学校に通わないなどの感染症対策は、複数の感染症を予防する重要な手段です。

当校は、感染症と診断された、または疑われる生徒、更に感染者と濃厚接触をした生徒は、医師および/または神戸保健所/須磨区役所によって指定された期間、通学を停止することを強く要請します。(付記AおよびB参照)

Physician's Certificate to Resume School

登校許可証

After a student or a staff member recovers from a communicable disease, the individual must bring a Certificate to Resume School (登校許可書, to-ko-kyo-ka-sho) issued by the doctor. Communicable diseases that require students to bring back a Certificate to Resume School are as follows (Also see Appendices A and B):

下記にある感染症にかかった場合、学校に復帰する初日に医師による登校許可証を提出する必要があります。(付記AおよびB参照)

- Pertussis (Whooping cough) 百日咳
- Pharyngoconjunctival fever 咽頭結膜炎(プール熱)
- Measles 麻疹(はしか)
- Tuberculosis 結核
- Rubella 風疹(3日ばしか)
- Enterohemorrhagic E coli (O-157) 腸管出血性大腸菌
- Mumps 流行性耳下腺炎(おたふく)
- Epidemic keratoconjunctivitis (EKC) 流行性角結膜炎
- Chicken Pox 水痘(みずぼうそう)
- Acute hemorrhagic conjunctivitis (AHC) 急性出血性結膜炎

The only exception to this policy is influenza. Students and employees do not require the Certificate to Resume School if they have completed the recovery period stated in this handbook. However, if students and employees wish to return to school before completion of the recovery period, a doctor's certificate will be required.

インフルエンザの場合、学校の規制通り自宅療養を済ませた場合は登校許可証は必要ありませんが、学校で定められている自宅療養期間前に学校復帰をする場合は登校許可証の提示が必要になります。詳しくは本ハンドブック後半のインフルエンザに対する学校のルールをご覧ください。

Importance of Hand Hygiene and Cough Etiquette

手洗いや咳エチケットの徹底

School is a place where many children are in close proximity to each other for prolonged periods of time, and can be an environment where infectious diseases can easily spread. According to the World Health Organization (WHO), the best measure to prevent the transmission of infectious disease is diligent hand hygiene and cough etiquette. Each student and staff is expected to wash their hands with soap and water every time they go to the bathroom, or their hands are visibly soiled. Alcohol based hand sanitizers are available throughout school, and students are expected to use them as often as possible before and after eating, coughing or sneezing, and touching shared objects or frequently touched surfaces. If your child has a skin sensitivity to alcohol based products, please have them bring their own sanitizer that they can use safely. Also, students, staff, and visitors are expected to practice cough etiquette, and cover their mouths with tissues, or the sleeve of their clothes, or wear a mask when coughing or sneezing. In extraordinary circumstances such as an infectious disease pandemic, please follow the special protocols and guidelines set forth by the school.

学校はたくさんの生徒が毎日長時間同じ空間にいるという意味において、感染症が発生しやすい環境であると言えます。世界保健機関によると、感染症対策として最も重要な事項は手洗いや咳エチケットのような、基本的な感染症対策の徹底です。これに基づき、当校では全ての生徒、教職員にトイレの使用後や、見るからに手が汚れている場合、石鹸での手洗いをお願いしていま

す。さらに、アルコール性の手指消毒液を校舎内数ヶ所に設置していますので、咳やくしゃみをした後、食べる前後や、良く触れられるエリアを触った後には必ず消毒をしていただきます。もしもお子様にアルコール成分に対する皮膚症状がある時はマスクを着用していただくか、ティッシュや衣類の袖を使うなどしてカバーしてください。感染症の蔓延のような特別な状況下では、学校が出す状況に応じたルールに従ってください。

School Rules Regarding Influenza

インフルエンザに関する規則

Recovering Period and Returning to School:

自宅待機期間と学校への復帰

Please be informed that the school will strictly follow and comply with the recovery period regulations mandated by the Ministry of Health, Labor and Welfare of Japan, unless a doctor's Certificate to Resume School is presented.

当校ではインフルエンザ(A型およびB型)と診断された場合に生徒が出席停止になる日数については、厚生労働省の定める回復期間規制を厳守し、遵守していただきます。ただし医師による診断書を提出される場合はこの限りではありません。

A student may return to school as follows: (See Appendix C)

生徒は次のように学校に復帰することができます。(付記C参照)

- Preschool (Montessori): Students should stay home for a minimum of 5 days after symptoms appear and should not return to school until they are fever-free (below 37.5°C or 99.5°F) for at least 72 hours without the use of fever-reducing medication.
- 就学前(モンテッソーリ): 発症後少なくとも5日間経過し、かつ解熱剤を使用せずに熱がない(37.5°Cまたは99.5°F以下)状態が少なくとも72時間以上経過している。
- G1 to G12: Students should stay home for a minimum of 5 days after symptoms appear and should not return to school until they are fever-free (below 37.5°C or 99.5°F) for at least 48 hours without the use of fever-reducing medication.
- G1からG12: 発症後少なくとも5日間経過し、かつ解熱剤を使用せずに熱がない(37.5°Cまたは99.5°F以下)状態が少なくとも48時間以上経過している。

Certificate to Resume School:

登校許可証:

A Certificate to Resume School is not required for students with influenza who have stayed home for the entire recovery period recommended by the Ministry of Health. However, if the doctor orders less than the days mandated by the Ministry, students must provide a Certificate to Resume School (登校許可証・To-ko-kyo-kasho).

インフルエンザに感染し、厚生労働省が推奨する期間自宅待機する生徒には、当校許可証は必要ありません。ただし、医師の判断で指定された日数よりも短い期間で復帰する場合は、医師による登校許可証を提出する必要があります。

Reporting absences to school:

学校への報告:

When calling the school office to inform about a child's absence, it is important for the Health Officer to obtain detailed information regarding the child's current health condition. This will help identify any trends in conditions among students and also help monitor the school's overall health situation. Also, having the most updated and thorough student health status will help decisions of class dismissals, school closures, or postponing school activities in order to prevent further spreading of viruses. Please provide the following information upon calling the school office to report the child's absence.

生徒の欠席について学校の事務室に連絡するときは、お子様の現在の健康状態に関する下記の詳細情報を必ずお伝えください。これにより、生徒達の状態を把握し、生徒全体の健康状態を観察することができます。また、最新かつ完全な生徒の健康状態を把握することは、ウイルスのさらなる蔓延を防ぐために、学級閉鎖、学校閉鎖、または学校活動の延期が必要かどうかを判断するのに役立ちます。生徒の欠席を報告するときにおいては、次の情報を必ずお伝えください。

Reason for absence:

欠席の理由:

- Does the child have a fever? (Please share any other symptoms the child has.)
お子様に発熱がありますか？（お子様のその他の症状を教えてください。）
- Have you taken the child to see the doctor?
医療機関にかかられましたか？
- If not, are you planning to take the child to see the doctor?
いいえの場合、今後医療機関を受診する予定ですか？
- If yes, did the doctor suspect the child of having the flu and begin treatment as a result?
受診された場合、インフルエンザの検査は受けましたか？
- If yes, did the child test positive for Influenza type A or B?
はいの場合、インフルエンザA型またはB型の検査で陽性がありましたか？

As with the usual attendance taking procedures, whether due to influenza or not, all absences should be reported to the school office by 9:00 a.m. so that accurate attendance can be kept. Messages may be left on the answering machine for any calls made before 8:00 a.m. and after 4:30 p.m. Also, please inform the school office about the child's absence even if you have already contacted the child's homeroom teacher.

通常の出席手続きと同様に、インフルエンザによるものかどうかにかかわらず、正確な出席人数を把握できるように、欠席はすべて午前9時までに学校事務室に報告する必要があります。午前8時前および午後4時30分以降に連絡される場合は、学校の留守番電話にメッセージをお残してください。また、すでに担任教師に連絡している場合でも、欠席については学校の事務室に必ずお知らせください。

Siblings and family members:

同居家族の取扱い:

Students and employees with a family member who has confirmed or suspected influenza may not come to school until symptoms have subsided or confirmed negative. As the incubation period for the influenza virus is usually 1-4 days, it is important to monitor all family member's health conditions thoroughly for any of the above symptoms.

ご家族の中でインフルエンザの陽性が確認された、もしくは感染が疑われる場合、生徒や教職員はその家族の症状が収まるか、陰性が確認されるまでの間自宅待機をしてください。インフルエンザには1-4日間の潜伏期間があると言われているため、日頃からご家族全員の健康状態をチェックしてください。

Class/School Closure:

学級/学校閉鎖:

Class or school closures will be decided upon by the number of students with confirmed or suspected influenza cases, while consulting the Health Ministry's recommendations. In the case of class or school

closures, the date to return to school will be announced by the Head of School. Depending on how many students are confirmed with the flu while the class is closed, the Head of School may decide to extend the closure period.

一部の学級や学校全体の閉鎖は、感染状況や学校内での感染者の数を鑑みて、厚生労働省の方針に沿って決定されます。学級/学校閉鎖の解除は校長により決定され、決定次第ご家族に連絡します。閉鎖中も感染の拡大がみられる場合は閉鎖期間を延期する場合があります。

School work during class/school closure:

学級/学校閉鎖中の学業課題:

Teachers will reschedule quizzes and tests for students affected by class or school closure. If the child is feeling well during the closure, they may continue their studies from home through homework assigned by teachers. Parents are encouraged to contact teachers by email or specific methods suggested by individual teachers. In a situation where an Emergency Remote Teaching (ERT) plan or a Distance Learning (DL) plan is activated, please follow instructions from the Head of School and/or your student's teacher(s)..

学級/学校閉鎖中の学業課題は教員によってサポートされ、クイズやテストは延期されます。学級/学校閉鎖中にお子様が無事な場合は、教員が課す宿題や課題によって学業を継続します。この間、Emailや、その他教員の指示に従った形で連絡を継続してください。万が一ERTやDL等の遠隔授業が開始される場合は専用の規定に従ってください。

Student Athletes:

スポーツ部活動に参加している生徒:

Students cannot participate in any school sports events until they have completed the recovery period for the flu, and all of the symptoms have subsided.

部活動に参加している生徒は、インフルエンザの療養期間を完了し、全ての症状がなくなるまで活動に参加できません。

Masks:

マスク:

If your child has a lingering cough please ensure they are wearing a properly fitted mask when returning to school. Students will be encouraged to keep the mask on at all times except while eating, and continue practicing proper hand washing throughout the day.

Students are encouraged to wear masks as a preventative measure, as masks are a good barrier to keep contaminated hands from coming into contact with the nose or mouth. Glasses may also be a recommended substitute for contact lenses in order to keep contaminated hands away from the eyes.

療養期間を終えて学校に復帰する生徒に持続する咳がある場合は、食事の時間以外常に正しくフィットするマスクを鼻から口までしっかりと着用してください。そして適切な手洗いを頻繁に行ってください。

症状が無い生徒も、感染予防策としてマスクや眼鏡の使用をお勧めします。マスクや眼鏡は細菌やウイルスの付着した手で目や鼻、そして口に無意識に触れる事を予防します。

Head Lice and Nits (Pediculosis capitis)

アタマジラミ(Pediculosis capitis)

About Lice & Nits:

アタマジラミについて:

Head lice are not a health hazard or a sign of “uncleanliness” and anyone can be vulnerable to transmission at any time. They have not been shown to spread diseases, but if not dealt with properly, they can cause much embarrassment for the student and many unnecessary days lost from school. The most common symptom of having lice/nits is itchiness. **Lice cannot hop or fly; they crawl.** Transmission in most cases occurs by direct contact with the head of another infested individual. Indirect spread through contact with personal belongings of an infested individual (combs, brushes, hats) is much less likely but cannot be excluded. Students diagnosed with live head lice do not need to be sent home early from school; they can go home at the end of the day, be treated, and return to class after appropriate treatment has begun. The parents or guardians of the student will be notified that day, and prompt, proper treatment will be requested. It may be prudent to check other children who were most likely to have had direct head-to-head contact with the child (ex. siblings). The school will notify parents and guardians of an infested child’s classmates and will strongly encourage that all children be checked at home and treated if head lice are found before returning to school the next day. It is advisable that you take your child to a dermatologist or any other doctor if you suspect your child has head lice.

アタマジラミは健康被害や「不潔」の兆候ではなく、現在においても、いつでも誰もがかかりうる病気です。アタマジラミは感染症の媒体ではないという事ですが、取扱いを謝ると風評被害や誤解、不要な欠席を生徒に強いる可能性があります。シラミの最も一般的な症状はかゆみです。シラミは這って移動し、飛んだり跳ねたりはできません。ほとんどの場合、感染は他人の頭と直接接触することによって起こります。アタマジラミが見つかった生徒はその時点で早退する必要はありません。放課後帰宅し、適切な治療を始めた次の日から登校できます。生徒の保護者には、アタマジラミが確認されたその日のうちに連絡され、この生徒とクラスメートの健康維持のため迅速かつ適切な治療を受けるように指示されます。この生徒や兄弟がいる場合はそのクラスの保護者にも匿名の状態で状況報告がされ、アタマジラミのチェックを翌日学校に戻る前に各家庭で行うように要請されます。アタマジラミに感染している疑いがある場合は、皮膚科等の医療機関を受診することをお勧めします。

Manual Removal of Lice and Nits:

アタマジラミの除去:

Manually removing lice and nits can be effective at quickly resolving a head lice infestation. Medicinal treatments are not effective at killing nits; therefore, removing viable nits could prevent the need for a second treatment. Whether using a treatment or manually removing nits, the more lice and nits that are combed from the hair, the faster the infestation will be resolved.

アタマジラミを物理的に除去する事は、アタマジラミの感染を短期間で終息させるのに効果的です。薬の治療のみではシラミの卵を除去するのに効果的ではありません。したがって、物理的な除去と薬の使用の両方をする事によって治療はより早く効果的に完了します。

Accident or Injury in School

学校での怪我や事故

Serious accidents and injuries are generally reported to the Health Officer. Students will be covered by insurance for most accidental circumstances and for any injuries leading to medical attention acquired during school hours, school events, and a student’s regular journey to and from school every day. Please note that any injuries from malicious intent or a fight amongst students are not covered by insurance. If your child is injured in an accident and you wish to apply for and receive indemnity, please contact the business manager for more details.

In the event where emergency medical treatment is needed, but neither of the parents/guardians are able to be contacted or there is no time to contact parents/guardians prior to treatment, the school will seek emergency medical aid by activating an emergency 119 call for your child so long as parents/guardians have granted permission to do so beforehand on the Student Health Record form. Please provide the most

readily available emergency contact number in the Student Health Record form and update it as needed. It is also strongly recommended that a third person be available for the Health Officer to contact in the event that the parents/guardians are unreachable.

学校で大きな怪我や事故があった場合、ヘルスオフィサーに報告されます。学校就業中に起こったほとんどの事故や怪我には学校の傷害保険が適用されますが、悪意をもった行動の中で起きた事故や喧嘩等で起こった怪我については保険適用外になりますのでご注意ください。傷害保険についての詳細は学校事務長までご相談ください。

救急医療を要するような事故や怪我が起きた場合、保護者に医療機関を受診するように要請されるか、保護者の許可がヘルスフォームに記されている場合、学校から119番に連絡をし、病院への搬送を手配します。ヘルスフォームの情報が常に最新のものである事を確認し、第三者連絡先が記載されている事をお確かめください。

General guidelines on when it is necessary to call an ambulance

一般的に救急搬送を要する状況

- Anaphylactic shock
アナフィラキシー
- Broken bone that can't be safely transported (e.g., broken femur)
安全に搬送できない骨折(大腿骨等)
- Choking
窒息
- Difficulty or labored breathing (including an asthma attack)
呼吸困難(喘息の発作を含む)
- First-time seizure or a prolonged seizure activity lasting more than 5-10 minutes
初めてのてんかん発作や、5分以上続くてんかん発作
- Loss of consciousness
失神
- Poisoning (food, insect, chemical)
毒物の接種(食物、虫刺され、薬品)
- Severe abdominal pain
重度の腹痛
- Severe headache
重度の頭痛
- Severe or persistent chest pain or pressure
ひどい、または治まらない胸の痛み又は圧迫感
- Suspected injury to the head, neck, or back
頭、首、背骨へのケガの疑い
- Any of the following signs and symptoms following a head injury
下記にあるような頭部外傷の症状
 - Severe or persistent vomiting
ひどい、または治まらない嘔吐
 - Change in mental status (confusion, disorientation, or difficulty concentrating)
意識の変化(錯乱、指示に従うことができない、茫然自失等)
 - Severe headache
ひどい頭痛
 - Slurred or jumbled speech
呂律、発言の変化
 - Uncontrollable bladder
失禁
 - Any other unusual behavior
その他、不自然な行動
- Uncontrollable bleeding
止まらない出血
- Vomiting blood

Arranging a Third Contact person

第三者の緊急連絡先

Even during work hours, it is important that parents and guardians are always reachable and available to pick up their child from school when necessary. If guardians are aware they will not always be reachable at the numbers provided to the school, please ensure the school has one number of a substitute person to contact if parents/guardians cannot be reached and keep this information updated. The school Health Office must provide first aid to multiple students and staff members, and is unable to house a sick student all day. Therefore, sick students should be taken home where they can rest and recover.

保護者の就業時間中においても、非常事態や生徒の発症等、学校から連絡し、必要に応じてお迎えをお願いする場合があります。前もって保護者に連絡が取れない日時がある事が分かっている場合、保護者の代わりに対応できる第三者の連絡先をできるだけ早くお伝えおきください。学校ヘルスオフィスは応急手当をする為の場所であり、複数の生徒に対応する必要があるため、病気の生徒が終日療養するのに適した場所ではありません。体調不良時には生徒は自宅で静かに休むことが回復への最善策です。

Air pollution in Japan: Particulate Matter (PM)2.5 and Air Quality Index (AQI)

日本の大気汚染:PM2.5と空気質指数(AQI)

PM2.5 is a fine inhalable particle, with a diameter that is generally 2.5 micrometers or smaller ($1\mu\text{m} = 1/1000\text{mm}$). It is considered a health hazard because of its small size. It is easily inhaled deep into the lungs and can cause respiratory and cardiovascular illnesses. The Japanese government suggests that if the local atmospheric concentration of PM2.5 exceeds $70\mu\text{m}/\text{m}^3$, people should avoid going outside unless it is necessary and avoid performing intense exercises outside for a prolonged period of time. Highly susceptible people such as young children or the elderly must take precautions during these conditions especially if they have respiratory or cardiovascular illnesses. The School Health Office monitors the level of PM2.5. The level is checked twice daily throughout the Hyogo Prefectural Environment Management Bureau. If the level becomes higher than $70\mu\text{m}/\text{m}^3$, school administration and the athletic director will be notified and recommendations will be made to refrain from having outside recess activities, outside PE classes, and afterschool sports.

Please refer to the link below for details. <https://www.kankyo.pref.hyogo.lg.jp/taiki/pm25graph/index.html>

The Air Quality Index (AQI) is defined by The Environmental Protection Agency (EPA) as an index of air pollution, rather than a concentration index such as PM2.5. Prolonged outdoor exercise while the AQI is 100 or higher is said to have a negative impact on health in children, the elderly, and people with underlying medical conditions. The Health Officer monitors these values multiple times daily, and updates the administration team when necessary.

PM2.5は大気中に浮遊している $2.5\mu\text{m}$ ($1\mu\text{m}$ は 1mm の1000分の1)以下の大気汚染物質の微小粒子で、非常に小さいため、肺の奥まで到達しやすく、呼吸器系への影響に加え、循環器系への影響も心配されています。政府はPM2.5の大気中濃度が $70\mu\text{m}/\text{m}^3$ を超える場合、健康への影響が懸念されるため不要不急の外出や屋外での長時間の激しい運動をできる限り減らすこと、特に呼吸器系や循環器系の疾患がある者や小児、高齢者などの高感受性者は、体調により慎重に行動することとしています。当校のヘルスオフィスではこのPM2.5の状態を兵庫県の大気測定局が発表する大気環境測定結果を通して観察し、政府が定める安全基準以上が検出された場合は学校運営陣やアスレチックディレクターに通知し、休み時間中の外遊びや屋外での体育の授業、放課後の部活動の練習などを控える等の対策を検討します。

兵庫県大気測定局に関しては下記のリンクをご参照ください。

<https://www.kankyo.pref.hyogo.lg.jp/taiki/pm25graph/index.html>

空気質指数(AQI)は、アメリカの米国環境保護庁(Environmental Protection Agency: EPA)が定めている大気汚染の指標で、PM2.5濃度などのような濃度の指標ではなく、指数として算出されています。AQI 100以上から子供や高齢者、基礎疾患のある人の屋外での長期運動は健康に悪影響を及ぼすといわれています。ヘルスオフィサーはこのような指数を毎日数回確認し、必要に応じて管理者チームに報告します。

Heat related illnesses

熱中症

The Ministry of Environment Education, Culture, Sports, Science and Technology, Japan Sports Agency, and Japan Sports Council state that although it is declining, heat related injury and death continue to be a risk in a school and sports setting. The Wet Bulb Globe Temperature (WBGT) is a type of apparent temperature used to estimate the effect of temperature, humidity, wind speed, and visible and infrared radiation (usually sunlight) on humans. Japanese Ministry of the Environment provides a heat stress index using WBGT. It's broken down by the local area and the specific time of the day. The Japan Sports Agency asks that schools respond flexibly and vigilantly according to the index with postponement/cancellation of sports events and providing sufficient rest breaks/shaded rest areas with active hydration and electrolyte replenishment.

The Health Office monitors the WBGT daily to monitor environmental conditions during exercise to prevent heat-related injuries, such as heat stroke. The temperature is checked regularly throughout the day from the WBGT website specifically created by the Ministry of Environment:

環境省、文部科学省、日本スポーツ庁、日本スポーツ振興センターによると熱中症は年々減少傾向にあるものの、児童生徒の学校生活やスポーツの場において頭痛や痙攣、嘔吐などを起こし、重篤な場合死にいたる可能性のある危険な病気です。日本スポーツ振興センターは各学校に対し、WBGT(湿球黒球温度)をチェックし、その値によって適切にスポーツイベントの中止・延期や休憩・水分補給の場所・頻度等を促すことを進めています。

当校ヘルスオフィスでは熱中症を予防するべく環境省による熱中症予防情報の中の地域ごとのWBGTをチェックし、下記のように行事の変更・中止を検討します。

http://www.wbgt.env.go.jp/graph_ref_td.php?region=07&prefecture=63&point=63518

With this index, the school will follow the activity guidelines below:

この指標を基に、当校では以下の活動ガイドラインに則り行動します。

- PE/Outside recess activities be cancelled, and school sports be stopped while WBGT is in **Danger** levels (WBGT ≥ 31 °C.)

WBGTの基準が危険レベル(WBGT ≥ 31 °C.)の場合休み時間の外遊びや体育は中止し、部活動は危険レベルの間は休止する。

- Outside recess activities be limited to 15 minutes during **Severe Warning** levels (WBGT 28 - 30 °C.)

WBGTの基準が嚴重警戒 (WBGT 28 - 30 °C.)の場合休み時間の外遊びや体育は15分までとする。

- 5 minutes rest breaks/hydration every 15 minutes of activity, and avoidance of intense/endurance exercises during PE/sports during **Severe Warning** level (WBGT 28 - 30 °C.)

WBGTの基準が嚴重警戒(WBGT 28 - 30 °C.)の場合体育や部活動の際に15分に一度、5分間の休息を取り、水分補給を徹底する。

- 5 minutes rest breaks/hydration every 30 minutes of heavy activity during **Warning** level (WBGT 25-27 °C)

WBGTの基準が警戒(WBGT 25-27 °C)の場合体育や部活動の際に30分に一度、5分間の休息をとり、水分補給を促す。

Automated External Defibrillator (AED)

自動体外式除細動器 (AED)

An Automated External Defibrillator or AED is a portable electronic device that automatically diagnoses the potentially life-threatening cardiac arrhythmias of ventricular fibrillation and ventricular tachycardia in a victim. The AED is able to treat this by athen application of electrical therapy that stops the arrhythmia, allowing the heart to re-establish an effective rhythm. AEDs are designed to be simple to use for any young adult or adult.

The school is equipped with Nihon Kohden Cardioline AED-3100, located at the north entrance of the new school building. There is a red AED sign on the glass door for easy identification. This AED will only instruct directions in Japanese. Our AED is being maintained, such as the battery and expiration of electro pads, on a regular basis by Fukuda Denshi Company and the Health Officer.

AED(自動体外式除細動器)とは、心臓が痙攣し血液を流すポンプ機能を失った状態(心室細動)になった場合に、電気ショックを与え正常なリズムに戻すための医療機器です。

当校では日本光電のカーディオライフAED-3100を新館北側出入口外の壁にAEDと分かりやすく表示されたケースに保管された状態で設置しています。このAEDは日本語で機能しますが英語表記のサインが備え付けられています。このAEDに対し定期的に使用期限や電池容量等の確認が行われています。

Prescribed and Over-the-Counter Medications

処方薬やOTC薬の投薬

Effective January 2019, the school Health Office no longer provides or administers medication to students (with the exception of medications required to treat life-threatening conditions, such as use of an EPIPEN for anaphylaxis). Please adopt appropriate strategies if your child needs to be medicated. For example, if your child has prescription medicine that needs to be taken three times a day, we ask that the medication be taken before school, after school, and before bed. If your child has known symptoms, such as menstrual pain, nasal congestion, or a headache, and they are able to medicate themselves during school hours, please allow your child to bring appropriate medication.

2019年1月より、当校ヘルスオフィサーは、アナフィラキシー症状に対するエピペンの使用のような命に関わる場合を除き、生徒に投薬をいたしません。もしお子様に投薬の必要がある場合は、自宅で投薬ができる工夫をお願いいたします。例として、一日3度の処方箋の投薬が必要な場合、当校前、帰宅後、就寝前、のような投薬の仕方をお願いいたします。もし鼻詰まりや生理痛、頭痛のような症状緩和のために、学校にいる間にお薬が必要な場合は、ご家庭から保護者が許可するお薬を持参するようにしてください。

Participation in Extracurricular Activities

課外活動への参加

Parents/guardians of all student athletes must complete an additional Athletic Contract Form, provided by the Athletic Director, before the first practice of the season. Student athletes do not have to undergo an

additional physical examination for participating in school sports; however, student athletes will not be allowed to participate in school sports until the Health Officer has identified that the athletes are up-to-date with all general student health requirements.

Students will not be refused participation in the school sports solely on their medical conditions unless the school determines that its resources are insufficient to accommodate the student's medical needs.

If a student is involved in extracurricular activities (such as school sports, MAA, MUN, after school clubs), and misses class due to a visit to the Health Office, the Health Officer will decide if the student should be allowed to participate in the activity. If the Health Office deems it necessary to exclude the student from an activity, the student will be sent home or reported to the appropriate director and/or coach. The Health Officer, director and coach will deal with each case accordingly.

スポーツクラブに参加している生徒の保護者にはアスレチックディレクターが発行する運動競技契約書(アスレチックコントラクトフォーム)を練習の初日の前に必ず提出していただきます。この為に追加で健康診断を受ける必要はありませんが、学校で必須としているヘルスフォームに不備がある場合は不備が揃うまでスポーツに参加する事はできません。

当校では生徒の持病を理由にスポーツクラブへの参加を禁止することはありませんが、学校の設備が生徒の病状をサポートするのに適切ではないと判断される場合はその限りではありません。

スポーツクラブやMAA、MUNなどの放課後の課外活動に参加している生徒がヘルスオフィスに来室し授業に参加できない場合、ヘルスオフィサーがその日の課外活動に参加しないように促す場合があります。このような場合、ヘルスオフィサーは生徒のコーチやディレクターと相談し、状況に応じて判断します。

Allergies

アレルギー

Parents/Guardians must inform the school of any allergies that have been diagnosed in their child by a medical institution and require special precautions to maintain the child's safety and wellbeing at school (especially life threatening allergies to specific food and medications, bee stings etc). Please provide detailed information about the student's allergy in the Student Health Record form. If the student is prescribed antihistamines or an EPI-PEN, this must also be indicated in the Student Health Record form. A list of students with allergies will be provided to homeroom teachers, sports coaches etc., that are in direct care of the child to prevent medical emergencies such as anaphylactic shock. If anaphylaxis occurs, the accompanying teachers and staff will also know how to deal with the situation. If the child has a severe allergy to food, some rules will be issued regarding the treatment of food at school and school outing.

お子様に医療機関で診断されたアレルギーがある場合は、ヘルスフォームに記入してください。特に特別な食物や薬、蜂刺傷のような命に関わるアレルギーがある場合は必ずお知らせください。お子様に抗ヒスタミン薬やエピペンが処方されている場合も必ずお知らせください。アレルギーのある生徒の情報は、アレルギー反応を予防するため、また万が一アレルギー反応が起こった場合に適切に対処するために担任教員や部活動のコーチ等、お子様に直接関わる教職員に共有されます。もしお子様に食物アレルギーがある場合は、学校での食べ物の取扱いについて予めルールを決める必要があります。

Peanuts and other food allergens

ピーナッツやその他食物アレルギー

There are a number of students at the school with severe food allergies. Specifically, the increase in peanut and tree nut allergy has led the school to a heightened awareness and demand for a rational plan for prevention. Parents and guardians should exclude peanuts and tree nuts from their child's lunches, snacks, and any food prepared for school functions including class parties and other school events (such as annual Food Fair, and Marist Café). The school will continue to maintain a peanut and nut-aware environment and a safe place for students with allergies that could result in a life or death situation.

当校には重篤な食物アレルギーを持つ生徒が在籍しています。近年のピーナッツや他のナッツ類へのアレルギーの増加により、当校ではナッツ類の持ち込みに関する注意喚起を行っています。保護者の皆様には、お子様のランチやスナック、マリスタカフェやフードフェアのような学校行事で提供する食べ物にナッツ類を含まないようお願いいたします。重篤なアレルギーを持つ生徒が安心して学校生活を送れるよう、皆様のご協力をお願いいたします。

CONCLUSION

最後に

Healthy children are successful learners. The Health Officer has a multi-faceted role within the school setting to support the physical, mental, emotional and social health of students and their success in their learning process. In order to keep the school a healthy and safe environment for all community members, your support is crucial. Thank you for your cooperation and understanding in the policies and regulations in this handbook.

生徒たちが学業において成功を収めるためには日頃の健康管理が不可欠です。ヘルスオフィサーは、学校の中で多面的な役割を果たしながら、生徒の身体的、精神的、感情的、社会的な健康と学習過程での成功をサポートしてまいります。当校を健康的で学生にとって安全な環境に保つよう、このハンドブックの規制に関する学生、教職員、およびご家族の皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

Infectious diseases that require a doctor's certificate to resume school

学校復帰に登校許可証が必要な感染症

Name of disease 病名	Infection course 感染経路	Incubation period 潜伏期間	Doctor's Certificate 登校許可証の有無	When to send the child back to school 学校復帰
Acute hemorrhagic conjunctivitis 急性出血性結膜炎	Contact infection	24-72 hours	YES	
Varicella Zoster/Chicken pox 水痘/水疱瘡	Droplet infection	10-21 days	YES	When all blisters become dry and crusted
Epidemic gastroenteritis 流行性胃腸炎	Oral / droplet / aerosol infection	1-10 days	NO	
Epidemic Keratoconjunctivitis 流行性角結膜炎	Contact infection	2-14 days	YES	
Erythema infectiosum/apple fever 伝染性紅斑/リンゴ病	Droplet infection	4-14 days	NO	When a child is feeling well and skin rashes have been cleared and covered. Avoid exposure to pregnant women.
Exanthem subitum/Roseola 突発性発疹	Droplet infection	9-10 days	NO	
Hand foot and mouth disease 手足口病	Droplet infection	3-6 days	NO	When a child is feeling well.
Head lice 髪しらみ	Contact infection	N/A	NO	When head lice treatment/shampoo has been initiated and a child's head has been checked by the school nurse before returning to class.
Impetigo とびひ	Contact infection	2-10 days	NO	As long as blisters/sores have been cleaned, dried and covered.
Influenza インフルエンザ	Droplet infection	1-7 days	NO	After following the home rest protocol for influenza
Measles 麻疹/はしか	Droplet infection	8-12 days	YES	72 hours without a fever over 37.5°C (without fever-reducing medication)
Mumps 流行性耳下腺炎/おたふく	Droplet infection	16-18 days	YES	
Mycoplasma Pneumoniae マイコプラズマ肺炎	Droplet infection	1-4 weeks	NO	
Pharyngoconjunctival fever 咽頭結膜熱	Droplet infection	2-14 days	YES	2 days without any symptoms
Rubella/German measles 風疹	Droplet infection	16-18 days	YES	When all rashes disappear
Strep throat 溶連菌	Droplet infection	16-18 days	NO	
Tuberculosis 結核	Aerosol infection	2-12 weeks	YES	
Water warts 水いぼ	Contact infection	2 weeks	NO	As long as a child is feeling well and wats have been covered
Pertussis/Whooping cough 百日咳	Droplet infection	7-10 days	YES	
0-157 腸管出血性大腸菌感染症	Oral infection	1-8 days	YES	

Certificate to resume school

登校許可書

学校長殿

To the Head of School

学校名 学校法人マリスタ国際学校
 Name of the School 神戸市須磨区千守町1-2-1

学年 組 名前
 Grade Class Name (男 M ・ 女 F)

病名	インフルエンザ 流行性耳下腺炎 咽頭結膜熱	百日咳 風疹 急性出血性結膜炎	麻疹 水痘
----	-----------------------------	-----------------------	----------

該当病名を○で囲んで下さい

上記の者は 月 日より療養中でしたが、 月 日より登校可能です。

年 月 日 医院・病院名
 または医師名 _____
 (医師の捺印は省略します)

付記

保護者様

この許可書は学校保健安全法施行規則第十八条および第十九条に基づき、第二種感染症に罹患した児童生徒等の登校に際して医師の診察により発行するものです。

神戸市医師会では神戸市立の学校・園における感染症制御の観点から医師会員の先生方にこの文書を無料で作成していただくようお願いしています。

登校に際しては感染症に罹患した児童生徒等が再度診察を受けた後、医師の指示に従って下さい。(診察料はかかります)

なお、大自主感染症の中でも結核と髄膜炎菌性髄膜炎、および第三種感染症に指定されている流行性角結膜炎や腸管出血性大腸菌感染症などについては登校にあたり、別途、医師の診断書・治療証明書(料金がかかります)が必要です。

(神戸市医師会・神戸市教育委員会)

Recovery Period for Students

自宅待機期間

Recovery period for **Montessori students**

モンテッソーリの生徒

Example	Onset	5 days (not counting day 0)					After 5 days		
	Day 0	Day 1	Day 2	Day 3	Day 4	Day 5	Day 6	Day 7	Day 8
No fever from day 1		No fever 24hrs 48hrs 72hrs →							
No fever from day 2			No fever 24hrs 48hrs 72hrs →						
No fever from day 3				No fever 24hrs 48hrs 72hrs →					
No fever from day 4					No fever 24hrs 48hrs 72hrs →				

Recovery Period for **G1 to G12 Students**

G1からG12の生徒

Example	Onset	5 days (not counting day 0)					After 5 days			
	Day 0	Day 1	Day 2	Day 3	Day 4	Day 5	Day 6	Day 7	Day 8	
No fever from day 1		No fever 24hrs 48hrs →								
No fever from day 2			No fever 24hrs 48hrs →							
No fever from day 3				No fever 24hrs 48hrs →						
No fever from day 4					No fever 24hrs 48hrs →					
No fever from day 5						No fever 24hrs 48hrs →				