



令和6年11月1日  
さいたま市立中島小学校 保健室



11月7日は「立冬」です。今年の秋は例年よりも暖かい日が多かったですが、だんだん肌寒い日も増えてきて、冬の足音が聞こえ始める時季です。寒くなってくると、水を使う手洗いや歯みがき、洗顔などは早く終わらせようという加減になってしまいがちです。意識して丁寧に行けるといいですね。

## 1月31日15:30より 「学校保健委員会」を開催します

### 学校保健委員会って何？

保護者の方と教職員と一緒に、子どもたちの健康について学びましょう、という会です。

どなたでもご参加いただけます。

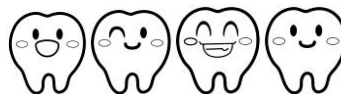


### 何をやるの？

今回のテーマは『(仮) 歯の健康について』です。

本校学校歯科医 三村俊男先生の講話を予定しています。

また、健康委員会児童による発表(動画)もあります。



日頃、健康委員会の児童が中島小の保健・安全のためにどんな取り組みをしているのか紹介します。

### 講話内容についてのアンケートにご協力ください

三村先生より、歯科保健について保護者の方々がどのようなことを知りたいのか、どんな話を聞きたいのか教えていただきたいとお話がありました。

本校児童の実態に合わせた講話内容にさせていただけるとのことですので、アンケートにご協力いただくと幸いです。以下のQRコードを読み込んでいただき、ご回答ください。(所要時間約1分)

※ご回答いただいた内容については、

学校保健委員会にのみ使用します。

※**11/18(月)までに** ご回答ください。



### 当日、参加するにはどうしたらいいの？

ご参加いただける方は、12月に配付予定の「令和6年度学校保健委員会 出席届」または連絡帳にてご連絡ください。

### 当日の持ち物は？

スリッパなどの上履き、メモを取るための筆記用具はご持参ください。



# 学校感染症・出席停止期間について

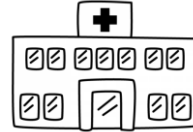
児童が学校保健安全法施行規則の指定感染症や、学校生活を通じて流行しやすい感染症にかかった場合は、**流行が広がるのを防ぐため、学校長は「出席停止」の措置をとること**とされています。

- 疑わしい症状があった場合は、自己判断せず**医療機関を受診してください。**
- 医師の診断を受けたときは、必ず学校にご連絡ください。
- 出席停止の日数は、病気ごとに定められています。診断時に医師に確認をしてください。

ご質問等がありましたら、担任または養護教諭までご連絡ください。

## ★ 新型コロナウイルス感染症 ★

発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで出席停止



## ★ インフルエンザ ★

発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで出席停止



## ★ 流行性耳下腺炎(おたふくかぜ) ★

耳下腺、顎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出席停止

## ★ その他(手足口病・マイコプラズマ感染症・溶連菌感染症・感染性胃腸炎 等) ★

基本的には、症状が軽快し、全身状態が良好となれば登校可能

**秋・冬は感染症流行の季節 感染対策** できていますか？

今年も風邪、インフルエンザ、新型コロナウイルスなどの病原菌が活発になる時期がやってきました。感染対策の基本をおさらいしましょう。



**手洗い** せっけんを使って時間をかけて洗うのがコツ。

**湿度を保つ** 乾燥するのとどや鼻の粘膜のバリア機能が弱ります。

**人混みを避ける** 繁華街へのお出かけなどは必要最低限に。

**感染対策はみんなのため**

インフルエンザや新型コロナウイルスなどは、小さな子どもや年配の方、妊婦さんなど、感染すると重症化しやすい人がいます。感染拡大防止は、そういった人たちを守ることにともなわれます。うつらない・うつさないを合言葉に、対策を万全にしていきましょう。

## 子どもの冬の服装

### インナー編

重ね着であたかくなる意味でも、遊んだ時に体を冷やさないよう汗を吸ってもら意味でも大事な肌着。冬の肌は乾燥するので、刺激の少ない素材がおすすめです。

### アウター編

外遊びの時に意外と汚れるので、洗えるものだと便利。フードは遊具などに引っかかってケガをしやすいので注意が必要です。

### おすすめはこれ

#### 上下編

たくさん動き回るので、裏起毛やボア素材だと暑くなってしまいがち。動きやすいよう厚手すぎず、汗を吸ってくれるものが良いですね。



体温調節の力が未熟な子どもたちのために、おうちの方も上手な服装選びを手伝ってあげてください。