

ほけんだより

2024年
11月15日
山ノ内東小学校
ほけんしつ

11月も半ばに入りました。校舎まわりの木々もきれいに紅葉しています。暖かいというより暑いと感じる日もありますね。朝晩の寒暖差が大きく、体がついていけない感じで、着るものにも注意が必要です。寒暖差疲労にはご注意ください。

長野県内でもインフルエンザが流行していて今後増加が予想されるそうです。2学期後半、体調には十分気をつけて過ごしていきましょう。

保護者の方へ

「アレルギー疾患についての調査票」 記入について

全児童へ11月15日付けでお配りしました。

毎年、この時期に行っている調査です。

ご記入の上、11月21日（木）厳守 で別添の封筒に入れて学校（担任）へ提出してください。（必ず押印をお願いします）

歯科保健指導・・・11月22日（金） 対象：2・4・6年生

勉強すること
2年生 「6歳白歯を守ろう」
4年生 「よくかむことの大切さ」
6年生 「8020のために」

持ち物

歯ブラシ・コップ

忘れずに持ってきてね

今年度は実際に
歯みがきの
練習をします。

インフルエンザについてもう一度確認しましょう

インフルエンザは 熱が出始めたのがいつなのかで、出席停止の期間が決まってきます。

○インフルエンザの出席停止期間

【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】

発症したその日は0日、翌日を1日めと数える。

発症とは発熱症状のことです

発症0日目	1日目	2日目	3日目	4日目・	5日目	登校可
例 11/14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日

発熱した

ここまでで解熱

登校可

体調が万全になったら

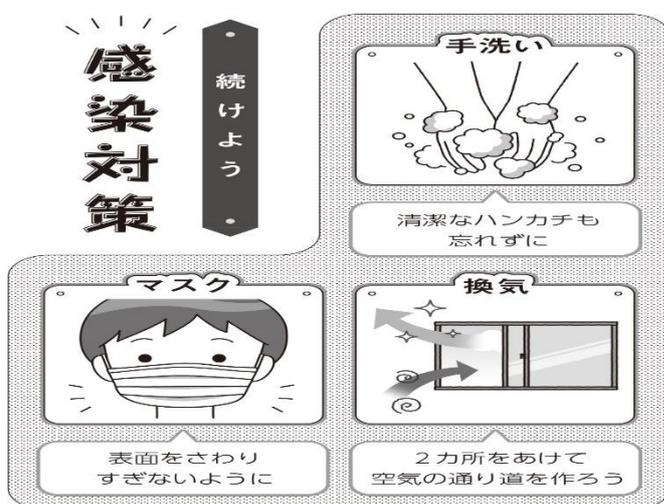
「治癒報告書」に記入して登校時に持って登校します。

マスクの予備を（2～3枚）カバンに入れてください。感染状況によってはマスクをつける場面が出てくるかもしれません。

「治癒報告書」の様式は 学校ホームページにありますので、プリントアウトしてお使いください。児童が登校する際持たせてください。

・お茶うがい用のお茶を持たせてください。

（のどの乾燥予防で飲んでもよし）



これからの時期は、空気が乾燥して、感染症（コロナ、インフルエンザ、感染性胃腸炎等）が流行する時期でもあります。基本的感染対策を続けながら体調には十分気をつけて過ごしていきましょう。みんなに広めないために集団への感染の広がりに気をつけて過ごしましょう。