

ほけんだより 11月

令和7年11月13日（木）
小金井第二小学校
保健室

11月の保健目標 感染症を予防しよう

気温が下がり、いつの間にか冬が近づいてきました。都内では、昨年より1か月以上早く、インフルエンザの流行シーズンに入りました。本校では、インフルエンザだけでなく、流行性角結膜炎（はやり目）や溶連菌などの感染症も流行しています。ご家庭でも手洗い・換気・咳エチケットなどの声掛けをお願いいたします。また、毎朝の健康観察をしていただき、体調が優れないときは無理をせず早めの受診・休養を心がけてください。学校では、感染症流行時は特に、発熱をしていない場合でも早退の相談をさせていただきます。よろしくお願いいたします。

朝の健康観察のポイント

- ☐ 顔色はよい
- ☐ 食欲がある
- ☐ ぐっすり眠った
- ☐ 熱はない



【持ち物の確認もお願いします】

- ・マスクの予備（ない人が多いです）
- ・ハンカチやティッシュ
- ・体温を調整できる上着や防寒着など

歯科校医 小磯先生による歯科講話を実施しました。

4年生を対象に、学校医の小磯先生から歯の磨き方やむし歯になる過程など歯に関する話をいただきました。歯医者さんから直接話を聞くことができる貴重な機会です。子どもたちは一生懸命に話を聞いていました。子どもたちの感想から、改めて自分の歯を大切にしたいと感じることができた時間だったのではないかと思います。この機会にお家でも毎日の歯の磨き方や定期検診の受診などを話題にしていけたら幸いです。

【4年生の感想】

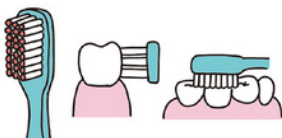
- ・歯の並び方は人それぞれということを知ったので、かがみで自分の歯を見て磨こうと思いました。
- ・家の歯ブラシが、後ろから見て広がっていないか確認してみようと思いました。
- ・歯の裏や歯と歯茎の境目もしっかり磨こうと思いました。
- ・まだ虫歯になったことがないので、これからもしっかり磨こうと思いました。

毛先が広がったら



歯ブラシを交換しよう

【歯の磨き方】～歯ブラシのいろいろな面を使おう～



全面

歯の表面、かみ合わせ



つま先

かみ合わせの小さな凹凸、
奥歯と奥歯の間など



かかと

前歯の裏側、
奥歯の手前側など



わき

歯と歯肉の境目、
前歯と前歯の間など

来年度のアレルギー問診票について

11月12日（水）に来年度のアレルギー問診票を配布しました。11月19日（水）までに記入の上、担任に提出してください。主に、来年度の給食に関わるものですので、6年生には配布しません。よろしくお願いいたします。

	対象者	提出期間
アレルギー問診票	1～5年生	11月19日（水）まで

学校感染症にかかったら・・・？

インフルエンザやコロナ、その他感染症にかかった場合は、以下の証明書が必要になります。登校するときに担任に提出してください。

感染症	必要な書類	所在	記入者
溶連菌・水痘 麻疹・風疹・百日咳 流行性耳下腺炎 流行性角結膜炎 咽頭結膜熱 など	登校許可証明書	小金井市内の病院に設置されている。設置されていない場合は、学校に取りにきてもらう。	医師
インフルエンザ	インフルエンザ様症状による欠席・再登校届け	学校ホームページから印刷する。 または、学校から用紙をもらう。	保護者
新型コロナウィルス感染症	新型コロナウイルス感染症様症状による欠席・再登校届け		

※手足口病は出席停止になりません。登校許可証明書も必要ありません。



ホームページの右側の「出席停止関係書類」から印刷をして、登校時に提出してください。