



令和6年12月2日
調布市立第三小学校
保健室

お子さんと一緒にお読みください。

最近、朝の冷え込みも本格的になってきました。少し前まで暑かったのに、あっという間に冬がやってきた感じがします。登校の様子をみていると、ポケットに手を入れて、前かがみで歩いている児童をみかけることが増えてきました。そろそろ、マフラーや手袋など防寒グッズを準備して、姿勢をよく、周囲の安全を確認しながら、登校するようにしましょう。

冬の朝の澄んだ空はとってもきれいですよ。



冬の感染症

空気が乾燥し、感染症の流行が気になる季節になりました。調布市内の学校でも、学級・学年閉鎖の報告が出ています。学校は、集団で生活する場です。感染拡大を防ぐため、ご協力をお願いします。

11月に報告のあった感染症
インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症、マイコプラズマ肺炎、溶連菌感染症、手足口病、伝染性紅斑

○医療機関を受診してください。

発熱等の症状がみられる場合には、医療機関で受診してください。

【出席停止期間】

インフルエンザ : 発症日を0日目とし、発症後5日を経過し、かつ解熱した後2日間を経過するまで

新型コロナウイルス感染症: 発症日を0日目とし、発症後5日を経過し、かつ症状軽快から1日を経過するまで

どちらも、すぐに回復しても、5日間は自宅療養になります。それは、熱が下がっても、感染力があるからです。受診せずに、解熱後すぐに登校することは、集団へ感染が広がる要因になります。一人一人の行動が集団の健康づくりには欠かせません。

○登校許可申請書の提出をおねがいします。

インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症と診断された場合には、保護者の方に「【A】登校・登園許可申請書」を記入していただきます。この書類は学校で受け取るか、本校ホームページからダウンロードしてご使用ください。インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症以外(※)の感染症の場合は、主治医に書いていただく「【B】登校・登園許

可証明書」を提出していただきます。

- (※) ・百日咳 ・麻疹(はしか) ・流行性耳下腺炎(おたふくかぜ) ・風疹(三日はしか) ・水痘(みずぼうそう) ・咽頭結膜熱(プール熱) ・結核 ・髄膜炎菌性髄膜炎 ・腸管出血性大腸菌感染症 ・コレラ ・細菌性赤痢 ・腸チフス ・パラチフス ・流行性角結膜炎(はやり目) ・急性出血性結膜炎

11月に報告のあったマイコプラズマ肺炎、手足口病、溶連菌感染症などは、調布市医師会小児科医会では、医学的見地より、通常は登校を禁止する必要はないと考えているため、原則としては、出席停止にはなりません。

せきエチケット、
できていますか？

○給食の時間のマスクの準備をお願いします。

毎日、給食用のランチョンマット、口ふきタオル、マスクを持ってくることになっています。給食当番ではなくても、給食準備中はマスクを着用し、給食に飛沫が飛ばないようにしています。マスクの準備ができているか、ご確認をお願いします。

優しい言葉運動～けが・病気のとき Ver.～

11月に全校で、言われてうれしい言葉を掲示する「優しい言葉運動」がありました。保健委員会でも、「けがや病気のときに、うれしかったこと」をカードに書いて掲示しました。ほっこりする温かいエピソードが出てきましたので、紹介します。

つらいときに、友達が「保健室へ行く？」って言ってくれた。

けがをしたときに、友達が一緒に保健室に行ってくれた。

指をけがしたとき、弟が色々サポートしてくれて、「早く治して、遊ぼう」と言ってくれた。

転んだ時に、知らない人が絆創膏をくれた。

自分がつらいときに気がついてくれるひとがいること、言葉だけではなく、一緒に行動してくれるひとがいること、生活の不自由さをサポートしてくれる人がいること、地域にも優しいひとがたくさんいること…。

日常の中にある優しい心の交流が見えてきました。

保健委員会でも優しい言葉運動をやってみようという提案したときに、「ないよ～」 「トゲトゲ言葉しか使わない」など乗り気ではありませんでしたが、一度、立ち止まって振り返る機会が持ててよかったと思いました。

けがや病気のとき、心細くなっているとき、誰かの優しい気遣いに、力をもらえたことがあると思います。次は、声をかける側になって、優しさの輪をもっともっとひろげていきたいですね。

