

2025年11月6日

町田市立成瀬小学校

# ほけんだよい



## かぜ・インフルエンザ等の感染症に注意しましょう。

秋が深まり、朝晩の冷え込みが厳しくなってまいりました。例年通り、今年も風邪、インフルエンザ、ノロウイルスなどの感染症に警戒すべき季節となりました。

本校では、現在風邪や体調不良、発熱、咳などで欠席する児童がおりますが、今のところ大きな流行には至っておりません。一方で、近隣校では既にインフルエンザによる学級閉鎖の報告も出始めております。

感染症の流行を防ぐためには、規則正しい生活、こまめな手洗い・うがい、適切な咳エチケットといった基本的な予防策が非常に重要です。つきましては、ご家庭でも引き続き感染症予防へのご配慮をお願いいたします。体調が悪いときは無理せず、ご自宅で様子をみてから登校するようのご協力をお願いします。

登校再開日早見表									
0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	
にち 日	にち 日	にち 日	にち 日	にち 日	にち 日	にち 日	にち 日	にち 日	にち 日
新型コロナ	症状軽快					登校再開			
	症状軽快					登校再開			
		症状軽快				登校再開			
			症状軽快			登校再開			
				症状軽快		登校再開			
					症状軽快		登校再開		
コロナもインフルもここは同じ	おな								コロナは「かつ症状が軽快した後 1日を経過するまで」
発症	いきか 1日を経過するまで								インフルは「かつ解熱後 2日を経過するまで」
インフル	解熱					登校再開			
	解熱					登校再開			
		解熱				登校再開			
			解熱			登校再開			
				解熱		登校再開			
					解熱		登校再開		

### 出席停止の感染症について

- インフルエンザ、新型コロナ感染症での欠席は出席停止となります。療養期間が終わりましたら、「登校報告書」を保護者の方が記入し、提出をお願いします。用紙は登校後、学校からお渡しします。  
(成瀬小学校のホームページからダウンロードも可能です。)
  - 町田市特定!!疾患感染症の場合は「登校許可証」が必要となります。登校にあたっては、学校から「登校許可証」の用紙(複写式)をお渡しします。医療機関で記入をしてもらい、学校までご提出ください。  
学校に許可証を取りに来て頂き、医師へ記入の依頼をお願いします。
- ① 百日咳 ②麻疹 ③結核 ④流行性耳下腺炎 ⑤風疹 ⑥水痘 ⑦咽頭結膜熱  
 ⑧流行性角結膜炎 ⑨急性出血性結膜炎 ⑩溶連菌感染症 ⑪髄膜炎菌性髄膜炎

# 手あらい3つのやくそく

1

せっけんで！

みず  
水だけではよごれはおちたように  
みる  
見えても、ばい菌はほとんど手に  
ついたまま。せっけんをよくあわ  
だして、すみずみまでこります。



2

水を流して！

みず  
ためた水を使うと、「あらいおと  
す」ことができてないかも…。  
みず  
水を流しながら、せっけんのあわ  
を残さないようにあらいます。



3

よくふいて！

ぬれたままにしておくと、またば  
い菌がつきやすくなってしまいま  
す。きれいなタオルやハンカチで  
すぐに水気をふきとりましょう。



# かからない！ うつさない！ せきエチケット

「せきエチケット」とは、かぜやインフルエンザなどにかかったとき、お互いにうつしたりしないようにするためのマナーです。

[その1]  
鼻と口をおおう



せき・くしゃみをするときは、  
ティッシュなどで鼻と口をおお  
います。使ったティッシュはビ  
ニール袋に入れて口をしめ、  
ゴミ箱に捨てましょう。

[その2]  
とっさのときは…



急なせき・くしゃみは、でき  
るだけ服のそでや上着でおお  
います。まにあわずに手でお  
おったら、すぐに石けんでよく  
洗いましょう。

[その3]  
マスクをつける



ウイルスをふくんだ鼻水や  
だ液をとらえ、まわりに飛びち  
らさないようにすることで予防  
につながります。



## 朝の健康観察をお願いします

朝は何かと忙しいですが、起きてきたとき、食事のとき、支度をしているときなど、いつもと違う様子がないか少し注意してみてください。次の項目を参考にお子さんの健康観察をお願いします。

<input type="checkbox"/> 朝、スッキリ起きたか	<input type="checkbox"/> 顔色はいいか元気はあるか	<input type="checkbox"/> 鼻水は出でていないか
<input type="checkbox"/> 食欲はあるか	<input type="checkbox"/> 機嫌はいいか	<input type="checkbox"/> 咳をしていないか

**具合が悪いときは…**

体温を測り、体の様子を詳しく見てあげてください。  
朝の体温は一日のうちで一番低いです。朝、微熱があると、日中に熱が上がってくる可能性があります。  
早めの休養をおすすめします。



はみがき週間を実施します。



11月11日（火）～11月17日（月）まで「はみがき週間」を実施します。1日3回歯をみがいたら赤色、1日2回歯をみがいたら黄色、1回歯をみがいたら青色で「はみがきがんばりカード」の歯のイラストに色を塗ります。暁は学校でぶくぶくうがいをがんばりましょう。休みの日はできるだけはみがきができるようにご協力をお願いいたします。がんばった感想、保護者の人からのメッセージを記入して、18日（火）に学校に提出してください。

