

# ほけんだより



2026年1月8日

町田市立南つくし野小学校

校長 山崎 聡

養護教諭

あけましておめでとうございます。冬休みは楽しく過ごせましたか？ つい不規則な生活をして、食べ過ぎたりしませんでしたか？ 今年も子供たちが健康に過ごせるように、ほけんだよりを通して病気の予防法などをお伝えしていきます。本年も宜しくお願いいたします。

## けんこうもくひょう た 健康目標を立てよう！

あたらしい 1 年を元気に過ごすため、新年の健康目標を立てましょう！



保健室の前には、保健委員のみなさんと先生方の「健康目標」を絵馬に書いて掲示しています。ぜひみにきてくださいね。



## 1月の保健目標 教室の空気をきれいにしよう！

空気中にはたくさんのウイルスやほこりが舞っています。そのままにしておくと、風邪やインフルエンザなどの感染症にかかってしまったり、ほこりアレルギーを発症してしまったりするかもしれません。空気が冷たいですが、こまめに換気をしましょう。



## おうちの方へ

### 感染症情報 アタマジラミにご注意を

昨年末ころから、アタマジラミが本校児童で複数確認されております。一昨年冬にも流行がありました。アタマジラミは出席停止になるような感染症ではありません。しっかりと正しいやり方で治療をすれば、10日間くらいで駆除できます。この10日間は大変ですが、感染を広げないためには早く駆除することが大切です。学校医の先生からは「目視で確認して治ったと思って治療をやめないでください。決められた期間を守って治療することが大切です」とアドバイスをいただいております。予防のためには、毎日洗髪をしっかりとすることです。アタマジラミの成虫や幼虫は洗髪で洗い流すことができます。ただし、お子さんに洗髪を任せると不十分になりがちなので、大人が洗ってあげるとよいでしょう。もし、お子さんがアタマジラミと診断されたら、学校では人権に配慮しながら、感染を広めないよう学習活動を工夫していきますので、連絡帳などを通して学校へご一報くださいますようお願いいたします。

# 身体計測が始まります！

1月9日(金)から、身長と体重の計測を行います。身体計測当日は体操着での実施となりますので、忘れずに持ってきてください。また、正確に身長を計測するため、髪の毛はポニーテールにせず、髪の毛の長い児童は横結びや二つ結びなどにしてください。カチューシャなどの、頭の上に付けるアクセサリーもお控えください。

身長体重の計測結果は「発育のようす」として配布します。成長の大切な記録としてご家庭で保管ください。

1月の予定

9日(金)	6年生身体計測
13日(火)	5年生
14日(水)	3年生
15日(木)	すぎな
16日(金)	4年生
20日(火)	2年生
21日(水)	1年生

## 保健室からの

### お知らせ

おうちのかたへ

### 感染症届出のお願い

お子さんが冬休み中にかかった感染症をお知らせください。該当する方は、期間と該当する疾病に○印をつけて提出をお願いします。また、疾病名は出席停止になるものを記載しています。その他疾病や記入事項があればご記入いただき、1月15日(木)までにお願いいたします。また、大きなけがなどで入院や手術を行った場合も、こちらの用紙もしくは連絡帳などで担任もしくは養護教諭までお知らせください。なお、出席停止期間が登校日以降になる場合は通常の登校許可証をご提出ください。



令和7年度冬季休業中の感染症届出用紙

提出先 担任→養護教諭

年 組 名前

期間( 月 日 ~ 月 日)

※出席停止期間の終了日が登校日(1月8日)以降の場合は通常の登校許可証をご提出ください。

- 疾病名 1、手足口病 2、麻疹 3、マイコプラズマ肺炎 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、感染性胃腸炎(ノロウイルス等)  
12、インフルエンザ( )型 13、新型コロナウイルス感染症  
14、その他〔 〕

他に、冬季休業中にあった健康に関する連絡事項(大きなけがや入院、救急搬送されたなど)

ご不明な場合はお気軽に保健室までお電話ください。