



令和7年11月号 朝霞第六小学校 保健室



だんだん寒くなってきて窓を開けるのが辛くなってきましたね。でも、休み時間には必ず窓を開けるなど、定期的に教室の空気を入れ替えましょう。もし換気をしないと汚れた空気が教室にたまり、集中力が低下したり、感染症が広がったりなどの悪影響もあります。

## ウイルスはどこから来るの？

風邪などの原因になるウイルスは、みなさんの体に3つの方法で侵入してきます。



窓を閉め切った部屋の空気中にはウイルスがたくさん漂っています。その空気を吸い込むと体にウイルスが入ってきます。



ドアノブなどたくさんの方が使う場所についていることが多いです。そこを触った手で口や鼻などを触ると体に入ってきます。



感染した人がせきなどをしたとき、唾と一緒にウイルスが飛び散ります。それを他の人が吸い込むと体に入ってきます。

ウイルスを寄せ付けないためには、換気と手洗い・うがいが大切。こまめに行って、ウイルスを追い払きましょう。

手洗いは「今日からできる」

1番簡単な感染予防の方法です！

意識して洗ってみよう！

せっけんを使ってあら洗しましょう！



## 6小でインフルエンザが大流行しました！

10月20日頃からインフルエンザが流行りはじめ、1年生で4クラス、2年生で2クラス、3年生で2クラス、4年生で2クラス、5年生で2クラス、計12クラスの学級閉鎖を行いました。お仕事の調整等、ご協力いただきありがとうございました。11月に入り、小康状態となっておりますがまだまだ注意が必要です。

**インフルエンザは出席停止です。**

**★出席停止期間：発症した後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで（症状が現れた次の日が1日目となります）**

※お医者さんや保護者の方が記入する診断報告書の提出は必要ありません。

学校は集団生活となります。感染を広げないためにも罹患した際、体調不良の際は無理に登校せずに十分休養するようお願い致します。

		発症後、最低5日間は登校不可							
		発症当日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
〈例1〉 発症2日目に解熱	発熱	発熱	発熱	解熱後1日目	解熱後2日目	解熱後2日目	発症後5日以内登校不可	登校可能	
	発熱	発熱	解熱						
〈例2〉 発症4日目に解熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	
	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱			

解熱した後2日

## 児童保健委員会の取り組みを紹介します



今年度は、「6小のケガを減らそう!」を目標に、どうしたらケガが減らせるかを話し合い、手立てを考えました。掲示物班、動画班、放送班、イベント班の4つの班に分かれて活動しました。



5年生を中心にケガの新聞やポスター、絵本などの掲示物を作成し、学校のいろいろな場所に貼りました。  
ぜひ探して見てみてくださいね!

＼クイズ大会を行います／

11月11日(火)

場所:多目的

20分休み:1・3・5年生

昼休み:2・4・6年生

待ってまーす!



11月10日～13日の給食の時間に  
放送も予定しています!

いろいろ発信していくので、楽しみに  
しててくださいね😊



動画も作成中です!

お楽しみに～♪

### 保護者の皆様へ ～記入済みのスポーツ振興センターの保険書類はご家庭にありますか?～

学校でケガをした時にスポーツ振興センターの保険を使用した際は、所定の用紙を医療機関に記入してもらった後、学校まで記入してもらった書類の提出をお願いいたします。ご家庭から書類を受け取った後に、学校で保険の申請を行い、その2～3か月後に給付金が振り込まれます。給付金の振り込みが確認できましたら、お手紙でお知らせいたします。どうぞ、よろしくお願いいたします。