



令和5年12月25日  
中央区立日本橋小学校  
校長  
養護教諭

### 今月の保健目標

#### 「寒さに負けずにからだをきたえよう」

冬らしい気温になり、外で遊ぶことをためらう児童の姿が見られるようになりました。保健室にも、「寒いから保健室に入れて～」と暖をとりにくる児童がいます。今月の目標は、「寒さに負けずにからだをきたえよう」です。また、今月末より、持久走の取組もスタートします。体づくりの基礎となる外遊びや持久走に取り組めるよう、3学期も引き続き学校全体で指導していきますので、御家庭でも御協力をお願いします。

～感染症に罹患したり、体調不良でお休みする際のお願い～



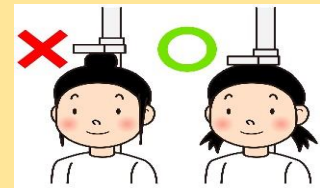
### 発育測定のお知らせ

1月12日（金）より発育測定が始まります。体育着を着用し、上履きを脱いで計測します。髪は頭頂部に結び目がこないよう気を付けてください。

計測結果は、後日健康カードに記入し返却致します。

日程：1月12日（金）、15日（月）、16日（火）、17日（水）

当日計測できなかった児童は、休み時間等を利用して計測できます。



### 脊柱側湾症検診（5年生）

今年度より脊柱側湾症検診（3次元モアレ写真撮影）が始まります。男女別で暗室にて背中（背骨）の写真撮影し、側湾症の有無を確認します。当日は背中に髪が掛からないように、結わいてきてください。（2つ結びなど）検査時は、体育着を着用します。

日程：1月12日（金）午後1時30分～

場所：PC室・メモリアルホール

対象者：5年生

体調不良で欠席をする場合は、tetoru（テトル）で連絡をお願いします。

欠席者の数や症状を毎日把握しています。欠席事由に加えて、症状を入力していただけると助かります！



染症に罹患したら・・・



### ①新型コロナウイルス・インフルエンザ



登校許可書は不要

医師の指示に従って、療養してください。  
インフルエンザの療養期間の目安

★発症日を0日とし5日かつ解熱後2日以上経過  
(未就学児は解熱後3日以上)

### ②上記2つ以外の感染症



登校許可書が必要

医師が記入、登校時に学校へ提出

★用紙は学校HPからダウンロード可  
医療機関で用意があることもある。

★療養期間は、感染症によって違う。

溶連菌、アデノウイルス（プール熱）  
手足口病、水ぼうそう、感染性胃腸炎  
など

いずれの感染症も、自宅療養期間はもちろん、発症日の早退や欠席も遡って出席停止（欠席とせず登校日のカウントから除く）扱いとなります。感染症が分かった時点で、学校へ御連絡ください。

日本橋小学校ホームページ：<https://www.chuo-kyo.ed.jp/~nihonbasi-es/index.cfm>

ホームページ下部から「登校許可書」をクリックすると、のPDFがダウンロードできます。

また、御自宅にプリンターがない場合は、学校でお配りしています。お声掛けください。

### 防寒対策をお願いします

感染対策や安全対策のために教室の窓や扉は一定数開けてあります。廊下側や窓側の児童は特に寒いようです。制服以外にも、セーターはもちろん、はらまきや長い靴下を着用して防寒している児童もいます。

寒さが本格的になる前に、御家庭で御用意ください。



### 新しい1年もどうぞよろしくおねがいします

令和6年も、日本橋小学校の子供たちの「からだ」と「こころ」が「健康」に過ごせるよう保健室より支援していきます。お子様の心身の健康で困ったことがありましたら、お気軽に保健室まで御相談ください。

