



令和5年1月10日
墨田区立菊川小学校
保健室 安掛 祐実

あけましておめでとうございます。新しい年が始まりました。気持ちを新たに、1日1日を積み重ねて、楽しい1年にしてください。そして、冬休みモードから学校モードに切り替えて、日々の生活の土台となる心と体が健やかであるように、規則正しい生活を心がける等の健康づくりを行っていきましょう。



寒くなり、部屋の中で過ごすことも多くなるかもしれませんが・・・

運動すると、いいことがいっぱいあるよ!



病気に負けない
体力がつく



夜しっかり眠れて
毎日気分もすっきり



疲れにくい
からだになる



肥満や生活習慣病の
予防になる



1月の保健行事

1月19日(木)	歯みがき指導 (学校歯科医丸山先生・歯科衛生士の皆様)	1年生
	歯の講話 (学校歯科医 丸山先生)	5・6年生

1年生保護者の皆様へ *家での歯垢染め出しのお願い*

学校歯科校医による歯みがき指導の実施後、ご家庭で染め出しを実施していただきます。(新型コロナウイルス拡大防止の観点のため) 詳しくは配布するプリントをご覧ください。

歯みがき指導：1月19日(木)

歯垢染め出し：1月19日(木)～25日(水)の間



保護者の皆様へ 小中合同学校保健委員会を開催しました



今年度は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から学校、PTA、地域の方の代表者と学校医の先生方での小規模にて開催しました。

*菊川小 学校歯科医 丸山先生より

子どもたちが最初に直面する生活習慣病はむし歯である。小学生の時からむし歯を作らないことが大切。むし歯予防として、おやつは砂糖不使用なもの、よく噛んで食べる、食べる時の姿勢は足を床につける。

*中和小 学校内科医 唐澤先生より

起立性調節障害(OD)は、自律神経異常により循環器機能の調節がうまくできなくなる病態。特に午前中に体調不良を訴えることが多く見られる。怠けている、学校に行きたくないわけではない。予防や軽快のために、生活習慣の見直しや簡単に体を動かすことを心掛ける必要がある。

登校届について

以下のような学校感染症と診断された場合は、出席停止となります。診断を受けた際には、必ず学校へお知らせください。出席停止となった場合、登校を再開する際に「登校届(保護者記入)」の提出が必要となります。必要事項を記入し、切り取り線以下を登校の際に学級担任までご提出ください。用紙は菊川小学校のホームページからダウンロードすることもできます。

第二種感染症		第三種感染症
インフルエンザ	麻疹(はしか)	コレラ
百日咳	水痘(みずぼうそう)	流行性角結膜炎
流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)	咽頭結膜熱(プール熱)	腸管出血大腸菌感染症
風しん(三日はしか)	髄膜炎菌性髄膜炎	急性出血性結膜炎
結核	こちらを ご提出ください	等

「新型コロナウィルス」も出席停止の対象ですが、登校届は必要ありません。学校へ直接ご連絡ください。

きりとり

墨田区立菊川小学校長 様

令和5年 月 日

登校届

このたびの出席停止について、医師より登校してよいと許可が下りましたので届け出ます。

感染症名 _____

診察を受けた医療機関名 _____

出席停止期間 _____年 月 日 ~ _____年 月 日

_____年 組 児童氏名 _____ 保護者氏名