

令和7年11月25日

保護者様

江戸川区第三葛西小学校

養護教諭 田畑 佳子

ほけんだより オアシス

インフルエンザが増えてきました

11月に入り、気温が低く乾燥した日が続き、インフルエンザ感染者が増えてきました。周囲の多くの学校は学級・学年閉鎖を行っています。幸いに本校は、クラスで順番に感染したり、きょうだいが感染し本人も体調不良だったら早めに休ませてくださったりして、今のところ大流行にはなっていませんが、今後も注意が必要です。

朝の健康観察をお願いします

登校時に、頭痛、腹痛、吐き気、咳、のどの痛みなど、体調不良を訴えていませんか？

インフルエンザ＝すぐに高熱、のイメージがありますが、平熱で、腹痛や吐き気など胃腸症状があり、受診したら陽性だった児童もいます。「ふだんと違う」と感じたら、無理をさせず休ませ、様子を見てあげてください。

※熱での早退の時は、「季節性インフルエンザ診断報告書・登校報告書」を渡しています。

用紙はホームページからダウンロードできますし、病院で渡される場合もあります。登校時に持たせてください。

※感染症や家庭の用事などで連続して休む時は、予定される欠席日まで tetoru に入れてくださると集計がスムーズになります。tetoru は先の日にちまで入力できます。

今月の保健目標

冬を健康にすごそう



～2 学期歯みがき週間～

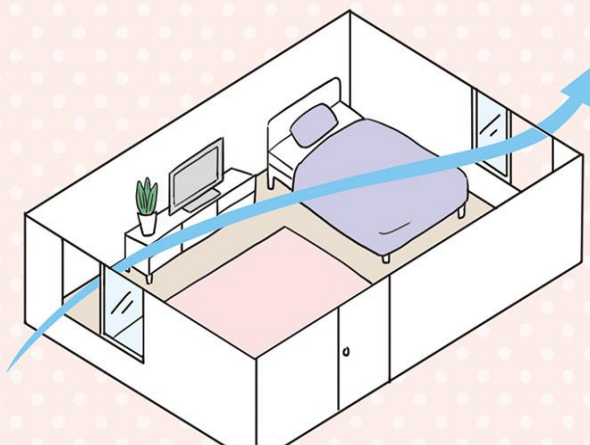
ご協力ありがとうございました

歯みがきをしっかり行って、口腔
環境を整えるのは、インフルエンザ
感染予防にもなります。おうちでも
朝夕忘れずみがきましょう。

冬の部屋の環境を整えよう

かぜやインフルエンザなどの感染症を防ぎ、元気に過ごすために、次のことに注意しましょう。

- ☐ 換気をする
(空気が流れるように、
「2か所・2方向・対角」を
意識して、窓やドアを開ける)
- ☐ 適度な湿度を保つ
(加湿器を使う、
ぬれたタオルを室内に干す)
- ☐ 眠るときは、部屋を暗くする



空気が乾燥し、ひびわれなど皮膚のトラブルがおこりやすい季節です。お風呂上りにクリームをぬるなど、保湿をこころがけましょう。