

ほけんだより

札幌市立川北小学校
ほけんだより
2026.11.27

札幌市では、11 月からインフルエンザの流行が警報レベルになりました。近隣の学校でも学級閉鎖が相次いで報告されています。本校では 10 月末に感染が広がり、6 クラスが学級閉鎖となりました。その後は、皆様のご協力もあって、大きな流行には至ってはいませんが、発熱や風邪症状で欠席・早退する児童がでています。インフルエンザをはじめとした感染症の流行の時期はまだ続くので、引き続きご家庭での健康管理・健康観察のご協力をよろしくお願いします。

～11 月の感染状況～

- インフルエンザ：17 名
- 新型コロナウイルス感染症：11 名
- 溶連菌感染症：4 名
- 水痘：1 名

（11/25 時点）



※熱がでたばかりの検査では、感染していたとしても陰性になること（偽陰性）があります。「水分が取れない」、「意識がおかしい」など緊急性がなければ、翌日に受診することをおすすめします。

発熱から少なくとも２日間は子どもを一人にしないようにしましょう！





医療券について

就学援助を受けている方で、冬休み中に医療券を使用する場合は、お早めにご連絡ください。申込書は学校 HP よりダウンロードできます。

体を温めて免疫力アップ！

体温が 1 度下がると免疫力が約 30%下がると言われています。「**首・手首・足首**」の**３つの首**は、血管がたくさんあるため、ここを温めると体がポカポカ温まります。気温が低い日は、暖かい上着に、**マフラーや手袋、厚手の靴下**をプラスして暖かく過ごせるようにしましょう。

※カイロは、痛みや熱さを感じにくく、気づかないうちに皮膚の奥まで傷つけ、低温やけどになる危険性もあります。使用する際は、**服の上から貼る・長時間同じ場所に貼らない**など、お子さんと確認するようにしましょう。