

ほけんだより11月

NO. 7 児童数

南郷小保健室

令和8年10月30日

保護者のみなさまへ

引き続き、急な発熱の症状にご注意ください

ようやく過ごしやすい秋になったと思っていましたが、あっという間に、初雪が降り、冬の始まりを感じる気温の日が多くなりました。

例年よりも早い「インフルエンザ」の流行で、本校も先日、2学級閉鎖し、その後は閉鎖措置まではいかないものの、連日、かぜ症状で20名前後の欠席があります。学習発表会の練習が本格的になっていますので、学校でも引き続き予防対策を行っていきます。ご家庭でもご家族みなさまで、体調に留意され、お過ごしください。熱がすぐに下がった、熱が出ていないという場合でも、咳や喉の痛みがある場合は他の感染症も考えられますので、受診やマスク着用での感染予防にもご協力ください。

10月の出席停止件数

- ・インフルエンザ 45名
- ・溶連菌感染症 6名
- ・新型コロナウイルス感染症 4名



すぐーるでの欠席連絡の際、お手数ですが、備考欄に、様子や受診結果（インフルエンザの型や登校予定日など）を入力していただくと参考になります。

例：「昨夜から発熱。今朝は平熱。本日欠席にて様子見」
「インフルA、○日から登校予定」など



学習発表会に向けても、励ましの言葉とともに、朝食抜きや寝不足がないように、ご家庭のサポートをよろしくお願いします。

毎朝の健康観察、ハンカチ・マスクの携帯、体調不良時の自宅静養、早退時のお迎え、受診や連絡など、いつも多くのご協力をありがとうございます。

日本スポーツ振興センターからのお知らせ

学校管理下において負傷や疾病等の災害（けが等）が発生した場合、独立行政法人日本スポーツ振興センター（以下「センター」という。）災害共済給付金が支給されます。

このたび、センターのシステム更新に伴い、令和8年11月下旬～令和9年1月中旬の期間中、給付金の請求を行うことができません。提出予定の書類がお手元にある場合は、学校でシステム登録を行う必要がありますので、11月16日（月）までに学校にご提出ください。（請求時効の2年以内であれば、令和9年1月以降の請求でも可能です。）

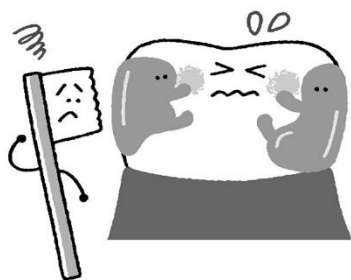
なお、令和9年1月以降は保護者のみなさまが、お持ちのスマートフォンなどからオンラインにて申請できるようになります。詳しくは12月以降に改めてお知らせいたします。

なんごうしょう
南郷 小 みなさんへ

11月8日は『いい歯の日』です！

南郷 小 の歯科検診では、『虫歯がある人』は101人で23.4%（約4人に1人）、『歯のよごれ（プラーク＝歯垢）がある人』は86人で20.0%（約5人に1人）という結果でした。虫歯や歯のよごれの割合（%）が、札幌市全体の小学生よりも高かったです。

毎日、鏡を見て歯みがきをすることや、おうちの人や歯さんにチェックしてもらうことが大切です。



プラーク（歯垢）はうがいで
は取れず、歯ブラシでもき
れいを取るのが難しいです。



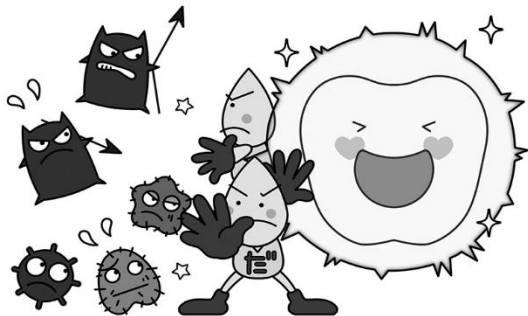
毎日しっかり歯みがきをし
て、プラーク（歯垢）を増や
さないのが対策の基本です。



歯石になると歯みがきでは
とれないので、歯科医院で
取ってもらいましょう。

『よくかんで食べる』ことはいいこといっぱいです。めざせひと口30回！

唾液を出して むし歯・歯周病予防



脳への刺激



あごや口まわりの筋肉の発達



満腹感じて 肥満予防



インフルエンザなどのいろいろなかぜがはやっています。学習発表会に向けて、みんなが元気に過ごせるように、**かぜ予防（手洗い・空気の入れかえ・咳エチケット）**を続けてくださいね。