



* 感染症に注意! *

いよいよインフルエンザの流行シーズンとなりました。札幌市内では猛威を振るい始めているようです。

本校でも、突然インフルエンザが流行し、学校が閉鎖になりました。今後も音楽発表会の練習で一堂に会することも多く、再び感染

拡大することが予想されます。学校内では感染を拡大させないために、できる限りのことをしていきますが、ご家庭のご協力なしでは成果が得られませんので、ご協力をお願いします。

1 日常における感染予防

- (1) 外出後、食事の前に**手洗い・うがい**をすること。毎日、**清潔なハンカチ**を持たせてください。
- (2) **三密の回避**（密集・密接・密閉）、**人ごみを避け、換気**をしましょう。
- (3) 学校へ送り出す前にお子様の**健康観察**をし、体調が悪いときには**無理せず自宅で休養**させてください。
- (4) 咳・くしゃみが出るときは**マスクを着用**すること。（マスクは各ご家庭でご準備ください。）
発表会の当日や児童公開日は、咳・くしゃみの有無に関わらずマスクの着用を推奨します。

2 出席停止について

インフルエンザ、またはインフルエンザの疑いと医師に診断された場合には、出席停止となります。

3 出席停止の期間

発症した後（発熱した翌日を1日目として）5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで。
病院によっては1日短く言われることがあるようです。その場合、学校の基準をお伝えいただき、出席停止期間を相談してください。

例：10月31日（金）に発熱しました。【0日目】

11月1日（土）は【1日目】・・・

11月4日（火）【4日目】と11月5日（水）【5日目】の2日間、発熱がなかった場合

11月6日（木）【6日目】に登校できます。

注：11月3日（月）【3日目】に解熱していたとしても登校日は【6日目】になります。

もし、11月4日（火）まで発熱があり、11月5日（水）と11月6日（木）の2日間、発熱がなかった場合、11月7日（金）から登校できます。

もし、11月5日（水）まで発熱があり、11月6日（木）と11月7日（金）の2日間、発熱がなかった場合、11月8日（土）から登校できます。**この先も同じようになります。**

NOVEMBER 2025		WED	THU	FRI	SAT	SUN
11		29	30	31	1	2
				発熱した日 【0日目】	【1日目】	【2日目】
MON	TUE				いい姿勢の日	
3	4	5	6	7	8	9
仏滅 文化の日	大安	赤口	先勝	立冬 友引	先負	仏滅
【3日目】	【4日目】	【5日目】	【6日目】	【7日目】	【8日目】	同じことの くり返し
発熱なし →	発熱なし →	発熱なし →	登校可	登校中	登校中	
発熱あり →	発熱あり →	発熱なし →	発熱なし →	登校可	登校中	
	発熱あり →	発熱あり →	発熱なし →	発熱なし →	登校可	
			いい姿勢の日	いい姿勢の日	いい空気の日	

🎁 御 礼 🎁

保健室の着替えの募集を行いましたところ、たくさんのご提供がありました。サイズもそろいましたので、募集は終了いたします。こころよく、ご提供していただきましたことに感謝申し上げます。ご協力ありがとうございました。

11月1日は、いい姿勢の日

すわ 座っているときも

いい姿勢

いい姿勢だと、呼吸しやすくなって全身の血行や、脳の働きが良くなります。そのため集中力や記憶力も上がって、勉強がはかどります。授業中や勉強中も姿勢を意識しましょう。



11月8日は、いい歯の日

むし歯 になりやすい 生活をしていませんか？

歯みがきをしていれば、むし歯にならない と思われている人もいるかもしれませんが、そんなことはありません。むし歯になりやすい習慣があります。

甘いものばかり 食べる

甘いものはむし歯の大好物。食べ過ぎやずっと口に 入れておくのは避けましょう。



あまり かまわずに 食べる

だ液には口の中をきれいに保つ役割があります。よくかまないで 液があまり出ないので、むし歯になりやすくなります。



～しながら 食べる

テレビなどを見ながらだらだら 食べると、口の中が長い時間むし歯菌に弱い状態になってしまいます。



心当たりがある人は生活を見直してみましょう。