すこやか

１１月号

令和８年(2026 年)１１月１０日
札幌市立美しが丘小学校
保護者向け保健だより

学習発表会が近付き、毎日明るい声や素敵な演奏が聞こえてきます。外も肌寒くなってきましたが、子どもたちは外で元気に遊んでいます。学校では、教室やワークスペースの窓を開けて換気を行い、手洗いの声掛けも随時行っています。かぜをひかずに学習発表会本番を迎えられるように、感染症対策へのご協力をよろしくお願いいたします。

３年生歯の保健指導

１１月８日は“いい歯”の日。いい歯の日にちなんで、１１月６日に歯科衛生士さんに来ていただき、歯の保健指導を行いました。

むし歯になる仕組みや、なりにくいおやつの食べ方、歯の隙間のみがき方などを丁寧に教えていただきました。今日から歯みがきをがんばろうとする思いが伝わってきました。ご家庭でも歯のみがき方やおやつの食べ方など話題にしていただけたらと思います。



スポーツ振興センターについて

学校管理下において負傷や疾病等の災害が生じた場合、独立行政法人日本スポーツ振興センター災害共済給付金が支給されます。

この度、申請の際に使用するシステムの更新に伴い、令和８年１１月下旬～令和９年１月中旬の期間、給付金の申請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、学校でシステムより申請を行う必要があるため、**11月20日(金)まで**に学校へご提出ください。なお、システム更新が終わり次第、申請を行うことができますので、通院中の場合は通院終了後の提出で構いません。更新に伴って変更が生じた際は改めてご連絡いたします。

•:•:•:•:•:•:•:• 家を出る前にチェック！ •:•:•:•:•:•:•:•

例年より一か月以上早くインフルエンザが本校にやってきました。かぜや発熱で学校を欠席する児童や、登校していても咳が止まらずつらそうな児童なども少しずつ増えてきました。元気に学習発表会本番を迎えられるように、家を出る前にお子様の体調をチェックしていただき、体調がすぐれない場合は無理をせず、ゆっくりお休みしてください。

- ☑ 熱がある
- ☑ 鼻水やせきが出る
- ☑ 発疹がある
- ☑ 頭痛や腹痛がある
- ☑ 食欲がない



当てはまるものがあったらかぜかもしれません。休むほどではなかった場合も、その日は早く寝たり、運動を控えたり、調子を整えてください。

出席停止の基準

インフルエンザ

発症した後（発熱の翌日を１日目として）５日を経過し、かつ、解熱したあと２日を経過するまで

新型コロナウイルス感染症

発症した後（発熱等の翌日を１日目として）５日を経過し、かつ、症状軽快後１日を経過するまで

溶連菌感染症

抗生剤投与１～3 日後まで（主要症状が消失するまで）

ご不明の際はご連絡ください。