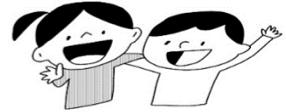




令和8年1月8日
台東区立谷中小学校

ほ けん もく ひょう
保健目標

よぼう
かぜやインフルエンザを予防しよう



新しい年が始まりました。冬休みはどうでしたか。今年もみなさんが目標に向かって一歩一歩進み、笑顔あふれる一年となりますように。そのためにもすべての基本は健康であることです。これから一年で一番寒い季節に向かいいます。感染症等の流行も油断できません。「手洗い・うがい・咳工チケット」等を励行し、ご家庭でも規則正しい生活習慣をよろしくお願いします。



＊ 1月の予定 ＊

はついくそくてい
発育測定

9日（金）5・6年
13日（火）3・4年
14日（水）1・2年
15日（木）予備日

はぐくみ会議 29日（木）

- 体育着で行います。正しい計測のため、頭頂部で髪の毛を結ばないようにしてください。
- 結果は後日、印刷して配布します。成長曲線の確認と、ご家庭で「健康の記録」と一緒に保管をお願いします。



◆はぐくみ会議（学校保健委員会）のお知らせ◆

～学校医の先生方や保護者の方々と一緒に、谷中小の子供たちの健康について考えます～

- 日時 1月29日(木) 15:00から16:00まで
- 場所 算数少人数教室（2階）
- 講和 「子どもを守るために知っておきたいこと」
講師 松村有香先生（内科校医、どうかん山こどもクリニック）

小児科医の立場から、感染症予防から病気になった際にはどうしたらよいか、受診のタイミングなど、日常に役立つ情報をお話いただきます。詳細は別途資料を配付します。ぜひたくさんの方の出席をお待ちしています。来校の際は、入校証、スリッパ、靴入れをご持参ください。



こんな時は要注意！登校前の子さんの健康観察をお願いいたします。

<寝起きのようす>

- ・いつもに比べてだるそうにしている。
- ・起こしてもなかなか起きない。



<顔色・目・体温のようす>

- ・目がとろんとしている。
- ・顔色がよくない。
- ・体温が高めである。
- ・吐き気がある。



<朝食のようす>

- ・いつもに比べて食欲がない。
- ・全く食べたがらない。



「朝からなんとなく具合が悪かったけど、熱はないから学校に来た」「前日の夜に熱があったけど朝は下がったから学校に来た」など、兆候があるのに学校に登校してしまうと、学校内での感染が拡がりやすいです。

引き続き、お子さんの体調の変化にご留意いただき、体調の悪い時は無理をさせず自宅で休養するようお願いします。

インフルエンザ・感染性胃腸炎などの診断を受けたら…

出席停止となりますので、必ず学校まで連絡をお願いします。登校の際には「治癒証明書」を提出してください。

用紙は学校に取りに来ていただくか、学校のHPよりダウンロードできます。登校初日にお子さんに持参させてください。よろしくお願いします。