



令和5年9月21日
三島市立長伏小学校
ほけんしつ

9月の後半になりましたが、なかなか暑さが治まりませんね。みなさん体調はどうですか？暑さのせいで体が疲れていませんか？体が疲れると、病気になりやすいので、しっかり睡眠と栄養をとって、元気に過ごしましょう。



長伏小学校や三島市内の学校では、インフルエンザやコロナだけでなく、いろいろな感染症が出ています。「手洗い」や「消毒」をしっかり行いましょう。必要な人は、マスクを使っても構いません。



けんこう にこにこ健康カード

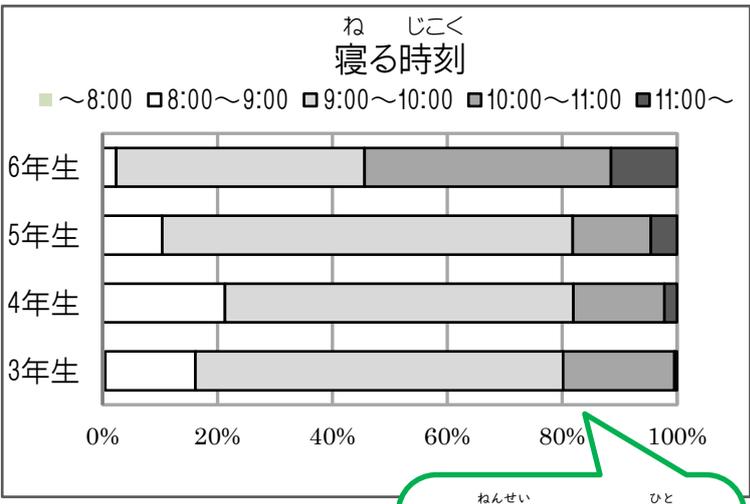


「にこにこ健康カード」の記入、ありがとうございました。自分の生活や、体の調子を見つめ直すことができましたか？保護者のみなさまも、コメントの記入や、子供たちの生活習慣を整えるためにご協力いただき、ありがとうございました。

90%以上の方が「赤レンジャー」(1.2年生)や、体の調子と心の調子がにこにこ顔(3~6年生)で過ごすことができました。



「おそくねちゃった黄色レンジャー」や、寝る時刻が遅い人がいます。どうしたら早く寝られるのか、もう一度生活を見直してみましょう。



3~5年生は80%の人が10時前までに寝ていますが、6年生は50%以上の方が10時を過ぎています。

これからもげんきいっぱい
はもぴかぴかで生か
したい。

はやねはやおきやあさごはんは
だいじだともおいました。
これからもつづきたいです。

いつもなかなかおきれない
ので、はやくねるよう
につづきたいです。

ながふせしょう
長伏小のみんなが

き
気がついたこと、
これからき
気をつけたいこと

あさ
朝ごはんを食べると
げんき
元気が出る
ことがわ
かりました。

はや はやお
早ね早起きをすると、あさ
朝すっきり
お
起きられる
ことがわ
かったし、起
きたとき
きもち
気持ちが
軽くな
った。

まいにちは
毎日歯みがきをしたり、はやね
はやおきをしたりすると、けんこう
健康
になると
きづい
だ。
これか
らけん
こう
健康で
いたい。



出席停止期間について

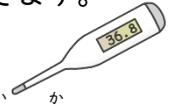


インフルエンザの出席停止

★出席停止期間 発症後5日経過し、熱がない状態が2日続いた後登校できます。

※書類のやりとりはありません。

※朝と夕方の2回、体温を測って、リーバーに入力してください。(書類の代わり)



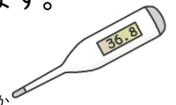
	発症日 0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	発症後5日を経過		
							6日目	7日目	8日目
1日目に解熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	発症後 4日目	発症後 5日目	登校 可能		
2日目に解熱	発熱	発熱	解熱 1日目	解熱後 2日目	解熱後 3日目	発症後 5日目	登校 可能		
3日目に解熱	発熱	発熱	発熱	解熱 1日目	解熱後 2日目	解熱後 3日目	登校 可能		
4日目に解熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱 1日目	解熱後 2日目	解熱後 3日目	登校 可能	
5日目に解熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱 1日目	解熱後 2日目	解熱後 3日目	登校 可能

コロナの出席停止

★出席停止期間 発症後5日経過し、症状が軽快して1日以上経過した後登校できます。

※書類のやりとりはありません。

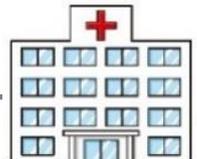
※朝と夕方の2回、体温を測って、リーバーに入力してください。(書類の代わり)



インフルエンザ・コロナ以外の出席停止 (水痘、流行性耳下腺炎、溶連菌感染症など)

★出席停止期間 病気によって違います。お医者さんに確認してください。

※書類があります!!



- ① 診断を受けたら、学校へ連絡する。
- ② 学校から出席停止について(通知)・登校証明書を発行するので、受け取りに来る。
- ③ お医者さんに指示された日数家で休む。
- ④ 登校可能になったら、病院で登校証明書を記入してもらう。
- ⑤ 登校する時、登校証明書を担任の先生に提出する。