



令和7年1月31日
多摩市立聖ヶ丘小学校
校長 高藤 浩

朝晩とても寒くなっています。多摩市内では、インフルエンザや新型コロナウィルス感染症による学級閉鎖をする学校があります。本校では、溶連菌感染症も出ています。感染症の予防には手洗いが大切なので、手を洗う姿をよくみかけますが、洗った後、洋服で手を拭いている子もいます。洗濯したハンカチを毎日ポケットに入れて持ってくるようにしてください。また、咳が出る場合は、咳エチケットとして、マスクを着用しましょう。

がつ ほけんじょうじ 14日(金)【5時間目】薬物乱用防止教室(6年生)
2月の保健行事 ライオンズクラブの方々から、貴重なお話を伺います。

保護者の方へ・・・

①学校保健委員会を行います！

3月5日(水)13:20~14:20、ひじりっこ

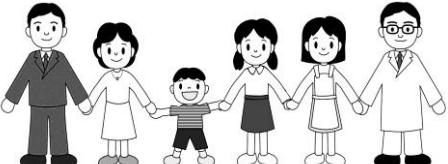
ルームで、学校保健委員会を行います。学校保健委員会



は、学校と、学校医さんと、保護者の方が集まって、それぞれの立場から子供たちの健康について考える会です。毎年1回、開催しており、今年度は、講師に歯科校医の横田達哉先生にお願いして、歯科に関するテーマでお話ををしていただく予定です。

多摩市は、児童生徒の歯科保健に力を入れており、1年生のフッ化物塗布無料事業や、4年生にブラッシング指導を行っています。横田先生からは、普段歯科医院で小児から大人まで、幅広く診察されているお立場から、お話を聞いていただくとともに、質問コーナーも時間内に設定する予定です。どなたでも参加できる会ですので、今のうちから予定を開けておいていただき、ぜひご参加ください。会場準備のために、参加希望を集めます。

詳しくは、別紙お便りをご覧ください。



②登校許可証（出席届）について

インフルエンザ・・・保護者の方が、学校からもらった出席届に記入してください

ひじりがおかしょうがっこう
い。聖ヶ丘小学校ホームページからダウンロードもできます。

しんがた
新型コロナウイルス感染症・・・登校許可証や出席届は不要です。ただし、

はっしょうひ しゅっせきていし きかん かくにん
発症日や出席停止している期間を確認しています。

ようれんきん みず
溶連菌、水ぼうそう、感染性胃腸炎、おたふくかぜ等・・・多摩市指定の

とうこうきょかしょう まいふくしゃ
登校許可証（3枚複写のもの）があります。市内の指定医療機関

むりょう
では無料です。

家庭内の感染予防 4つのポイント



1. 手洗い・消毒

かんびょう あと せつ てあら でん
看病をした後は石けんで手洗いを。電
気のスイッチやトイレの水洗バーなど、
よく触るところの消毒も大切です。



2. タオルを共用しない

かい かんせん おお
タオルを介した感染も多いです。ペーパータオルを
準備しておくと◎。

3. 食器はよく洗う

こ だえき しょっき
子どもの唾液がついた食器には細
菌やウイルスが。洗剤でしっかり
洗います。

4. マスクをつける

ふしきふ こ ひまつ
不織布マスクは子どもからの飛沫
感染をある程度防げます。

③スポーツ振興センターの手続きについて

しんこう てつづ じゅしょうび ねんす しんせい
スポーツ振興センターの手続きは、受傷日から2年を過ぎると申請できなくなります。

がっこうかんりか とうげこうちゅう がくどう む とちゅう ふく
学校管理下（登下校中や学童へ向かう途中も含みますが、交通事故は除く）でのけが

いりょうきかん じゅしん かた し
で、医療機関を受診された方は、お知らせください。

2月の保健目標

こころ けんこう き
心の健康に気をつけよう





か ふん と はじ
花粉が飛び始める1~2週間前には治療を始めましょう

か ふん しょう いち ど しょうじょう で はな なか ねん まく
花 粉症は、一度症状が出ると鼻の中の粘膜が
どんどん敏感になり、悪化していきます。

まえ ちりょう はじ
しょじょう で おく
そうなる前に治療を始めれば、=
症状が出るのを遅らせたり、
かる軽くしたりできます。



くち こう くら 口腔アレルギー症候群

くだ もの やさい たあと くちなかくち
果 物や野菜を食べた後に、口の中や口

たことはありませんか？ この症状は「口
腔アレルギー症候群」と呼ばれています。
口腔アレルギー症候群は花粉症の人に起こ
りやすいと言われています。花粉症を起
す原因物質と、果物や野菜のも
つ成分とがよく似ているため、
体が間違えてしまうのです。



症状を起こしやすい組み合わせ

かふんしょう
花粉症でこれらを
食べたときに違和感
があったら要注意！



- スギ・ヒノキ → ナス科（トマト）など
- イネ → ウリ科（メロン、スイカ）、マタタビ科（キウイ）など
- シラカバ・ハンノキ → バラ科（リンゴ、モモ、ナシ、アーモンド）、セリ科（セロリ、にんじん）、マメ科など

せんじつ ねんせい ねんせい たいじょう
先日、1年生から5年生を対象に、

らいねんど 来年度のアレルギー疾患対応のために
アレルギー調査を行いましたが、偶然、

いま た だいじょうぶ
『今まで食べても大丈夫だったのに』

あら 新たにアレルギーであることが判明し
ひと すうめい いま
た人が数名いました。また、『今まで
アレルギーだったけれど改善されて

はいりょ 配慮しなくてもよくなった』という人も
いました。特定の食材で、口の中が痒

い、ピリピリする、というような訴え
がありましたら、他にもアレルギーの

げんいん しょくざい くちなかかゆ
原因となる食材があるのか、どの程度

など いし そุดん
のアレルギーなのか等、医師に相談して
ください。その結果を学校にお知らせし

ただき、学校とご家庭と連携しながら、
たいおう 対応していきたいと考えています。