

ほけんだより



加須市立花崎北小学校
保 健 室
令和7年12月1日

寒さが厳しくなり、本格的な冬の訪れを感じられる頃となりました。吐く息は白く、田んぼや畑に霜が降りる日もあります。空気が乾燥しているので、手洗い・うがいを徹底してください。年末年始は子ども達にとって楽しいイベントが多くあります。元気に過ごせるように健康管理をしていきましょう。

冬休み こんな生活、イエローカード！

夜ふかし



休みの期間でも、生活リズムを変えないことが大切です。

食べ過ぎ



腹八分目を意識しよう。間食のスナック菓子にも注意。

運動不足



少しの時間でもいいので、毎日からだを動かすようにしよう。

スマホの見過ぎ



動画やSNS、ゲームのやり過ぎに注意。時間を決めて使おう。

お願い



臨時歯科健診で、治療が必要と通知を受けた人は、早めに歯医者を受診をお願いします。むし歯は自然には治癒しませんので、きれいな歯で年越してできるようにしましょう。受診後は治療勧告書を学校へ提出してください。よろしくお願いします。

お知らせ

- 12/1(月) 脊柱側弯症検診(5年)
- 12/4(木) フッ素塗布(1・2年)
- 12/8(月) 脊柱側弯症検診予備日(5年)

まだまだ流行中！感染症！

出席停止期間をご確認ください

インフルエンザ出席停止期間

『発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで』

発症 0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
発熱	解熱	解熱後 1日	解熱後 2日	解熱後 3日	解熱後 4日	登校可能		
発熱	発熱	解熱	解熱後 1日	解熱後 2日	解熱後 3日	登校可能		
発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日	解熱後 2日	登校可能		
発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日	解熱後 2日	登校可能	
発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日	解熱後 2日	登校可能

新型コロナウイルス感染症出席停止期間

『発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで』

発症 0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
症状あり	症状軽快	症状軽快後 1日目	症状軽快後 2日目	症状軽快後 3日目	症状軽快後 4日目	登校可能		
症状あり	症状あり	症状軽快	症状軽快後 1日目	症状軽快後 2日目	症状軽快後 3日目	登校可能		
症状あり	症状あり	症状あり	症状軽快	症状軽快後 1日目	症状軽快後 2日目	登校可能		
症状あり	症状あり	症状あり	症状あり	症状軽快	症状軽快後 1日目	登校可能		
症状あり	症状あり	症状あり	症状あり	症状あり	症状軽快	症状軽快後 1日目	登校可能	