

# ほけんだより 2月

羽村市立小作台小学校 令和8年2月6日

《児童のみなさんへ》

## 《今月の保健目標は「教室の換気を心がけよう」です》

換気とは、ドアや窓を開けて、部屋の中の空気と外のきれいな空気を入れ換えることです。教室はたくさんの方がいるので、30分～1時間ごとに5分くらい、換気をすることがとても大切です。その際、窓やドアを対角線上に開けると空気が通りやすくなります。

換気をすると教室の中が寒くなるので、室内でも体温調整ができるよう、重ね着（カーディガンやトレーナーなど）で対策をしましょう。



## だから大切！ こまめな部屋の換気

「窓を開けて空気の入れ換え」をしないでいると…



花粉症の季節です。この時期は鼻水や目のかゆみなどの症状で来室する人が多くなります。自分でできる対策をして、症状をできるだけ抑えられるといいですね。



## 《保護者の方へ》

## 新型コロナウイルス感染症の出席停止期間

### 【新型コロナウイルス・水痘に注意を！】

1月末より、本校で新型コロナウイルス感染症や水痘（水ぼうそう）にかかる児童が出ています。

	出席停止期間
新型コロナウイルス感染症	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 (右の表を参考にしてください)
水痘 (水ぼうそう)	すべての発疹がかさぶたになるまで

基準 発症した後5日を経過し、かつ、  
症状が軽快した後1日を経過するまで出席停止

発症 症状あり
 症状が軽快
 症状軽快後
 登校可能

発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目

※1 発症日翌日を1日目と数えます。  
※2 発症から5日を経過しても症状が軽快してから1日を経過しなければ登校はできません。

感染症にかかった場合には、学校へ連絡をお願いします。  
医師の指示のもと、『登校再開届』を保護者が記入し、登校の際に必ず提出してください。用紙は学校や羽村市のホームページからもダウンロードできます。

### 【花粉症の季節です】

花粉症もアレルギー疾患の一つです。症状に程度はあるものの、毎年この時期は鼻水や目のかゆみといった症状で来室する児童が多くなります。早めの予防対策で症状がひどくならないようにしてください。

## シーズン到来！ 花粉症 予防対策

花粉非常に多い

テレビの花粉情報を  
毎朝チェックする。

外出時にはマスクやメガネで花粉を防ぐ。

屋内に入るときには花粉を払い落とす。

症状がひどい人は病院を受診してみる。

### 申請忘れはありませんか？



学校管理下でのケガで病院を受診したお子さんは、日本スポーツ振興センター災害給付金制度の対象です。  
申請される方は担任または保健室までご連絡ください。



学校管理下のけがは、災害共済給付制度（いわゆる学校の保険）の利用対象となることがあります。ただし、この制度の申請は2年間で時効となります。年度末が近づいておりますので、申請忘れがないか今一度ご確認ください。申請書類は早めに保健室にご提出ください。

- 学校管理下とは、授業中や休み時間、遠足、登下校中など
- 初診から治癒までの医療費が500点以上が対象
- 支払い請求の時効は、給付事由が発生してから2年間