



川崎市立大戸小学校  
保健室

11月7日は「立冬」。そろそろ冬支度を始める時期ですね。寒くなると特に水を使う手洗いや歯みがきなどは、早く終わらせようという加減になってしまいがちですが、そういうときこそ丁寧に。冬服や暖房器具を準備するだけでなく、健康への意識も冬用に切り替えていきましょう。



## 《11月9日(土)は運動会》

今月は待ちに待った運動会があります。当日全員が元気に参加してほしいと思っています。元気に参加するために、しっかり準備をして当日を迎えましょう。



爪を切っておく。



しっかり睡眠をとる。



準備運動をする。



サイズの合った靴をはく。



こまめに水分補給をする。

## ～学校感染症について～

以下の感染症に感染した場合には、医療機関で登校許可証を発行してもらってから、登校してください。感染症の拡大防止にご協力ください。

病名	登校停止期間
インフルエンザ	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。 <b>※医師が発行する登校許可証は必要ありません。</b>
<small>しんがた</small> 新型コロナウイルス <small>かんせんしやう</small> 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。 <b>※医師が発行する登校許可証は必要ありません。</b>
<small>ひやくにち</small> 百日せき	特有の席が消失するまで又は5日間の適正な抗菌性物質在による治療が終了するまで。
<small>ましん</small> （はしか）	解熱後3日、咳・発疹が軽快するまで。
<small>ふうしん</small> （3日はしか）	発疹が消退するまで。
<small>すいとろ</small> 水痘（水ぼうそう）・ <small>たいじやうほうしん</small> 帯状疱疹	全発疹が痂皮化するまで。
<small>りゅうこうせいじかせんえん</small> 流行性耳下腺炎（おたふく）	耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫脹が発現した後5日を経過し、かつ、全身状態が良好になるまで。
<small>ようれんきんかんせんしやう</small> 溶連菌感染症	主要症状が消失するまで、または抗菌治療薬を開始して24時間を経過するまで。
<small>いんどうけつまくねつ</small> 咽頭結膜熱	発熱・咽頭および結膜の発赤消失後2日を経過するまで。
<small>りゅうこうせいかくけつまくえん</small> 流行性角結膜炎	目の充血・異物感が消失するまで。
<small>きゅうせいしめつけつせいかくけつまくえん</small> 急性出血性結膜炎	目の充血・異物感が消失するまで。