

ほけんだより 1月

立川市立第五小学校
保健室 橋本 莉穂
令和7年1月8日

今年も新しい1年が始まりました。お家で楽しい冬休みを過ごすことができましたか？3学期は特にあっという間に過ぎてしまいます。毎日元気に学校生活を送ることができるように、目標を立て行動しましょう！

▽1月の保健行事

1月は発育測定があります。「発育のようす」は3学期のあゆみと一緒に配布します。

について 日程	ないよう 内容	たいしょう 対象	じゅんび 準備すること
1/9 (木)	発育測定	6年生	体育着
10 (金)		5年生	
14 (火)		4年生	
15 (水)		3年生	
16 (木)		2年生・こだま学級	
17 (金)		1年生	

▽12月の感染症情報

12月はインフルエンザ・マイコプラズマ肺炎（感染症）・溶連菌感染症・伝染性紅斑（りんご病）・流行性耳下腺炎（おたふく）・咽頭結膜熱の感染報告がありました。12月にインフルエンザの感染報告が急増し、一部の学級では学級閉鎖を実施しました。全国的にもインフルエンザ・マイコプラズマ肺炎（感染症）の感染率が高くなっているようです。

そして胃腸炎やノロウイルスによる嘔吐下痢なども流行する季節です。引き続きご家庭でも手洗い・うがいなどの感染症対策と日々の健康観察をお願いいたします。

★空気の乾燥や手洗いにより、手の乾燥や指先がひび割れて来室する児童がいます。

唇の荒れにより、痛みや赤みを訴え来室する児童も多いです。

必要に応じてハンドクリームやリップクリームでケアをして下さい。

学校に持参する場合は、担任に連絡帳にてお伝え下さい。

（無香料・華美でないもので、記名を忘れずにお願いいたします。）



▽食物アレルギー関係書類（保護者の方へ）

☆食物アレルギーのない児童について

1～5年生は、来年度に向けて「食物アレルギー確認書」（A4 黄色い薄い用紙）を全員に提出していただきました。また、「食物アレルギー届出表」は学校保管となります。こちらは、卒業前にご返却いたします。新規で発症がある場合は、必ず学校までお知らせください。

★市内中学校に通う6年生の「食物アレルギー確認書」は学校給食課で管理しています。

☆食物アレルギーのある児童について

食物アレルギーがある児童は、個人封筒で来年度分の「生活管理指導表」と「食物アレルギー届出表」をご提出いただきました。それを基に新たに追加発症した場合と、解除になる場合に面談をさせていただきます。ご提出された後に変更や追加等ありましたら、必ずお知らせください。

【食物アレルギー確認書】（A4 黄色薄紙）

保護者各位

立川市立 小学校

食物アレルギー確認書

記入日 年 月 日

立川市立 小学校

年 組 氏名

保護者氏名

本児童の食物アレルギーの有無について確認いたします。下の表の該当する欄に○印をつけてください。

食物アレルギーがある()	食物アレルギーはない()
(在校生のみ) 前年度からの変更の有無 有 無	

食物アレルギーがある方は、医療機関を受診していただき「学校生活管理指導表(アレルギー疾患)」を作成して医師に依頼するところが必要です。なお、医師の診断が記載された「学校生活管理指導表(アレルギー疾患)」の提出がない場合は給食の提供ができません。

※年度途中でも新規に発症した場合は、学校にお申し出ください。

【食物アレルギー届出表】（B5 黄色厚紙）

立川市立第五小学校

④食物アレルギー届出表

年	1	2	3	4	5	6
組	_____	_____	_____	_____	_____	_____
番号	_____	_____	_____	_____	_____	_____
氏名	_____	_____	_____	_____	_____	_____

1. 食物アレルギー(当てはまるものに○をつけてください)

① ある	新1年	新2年	新3年	新4年	新5年	新6年
② ない	_____	_____	_____	_____	_____	_____
③ 前年度からの変更	_____	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない

※食物アレルギーがある児童は、医師に「生活管理指導表」を作成して頂き、ご提出ください。
※前年度から変更がある場合は、2以前の欄に赤字で記入してください。

上記の表の①・②で「ある」に○をした方は、2以降にお答えください。

2. アレルギーを起こす原因食物・アレルギーの症状・対応方法

原因食物	アレルギーの症状	症状が出ていた時の対応方法
例) 鶏	鼻の塞れ、口腔内の痛み、	すぐに口をすすぎ、口腔薬を飲む。薬を塗りやぶる。

裏面あり

▽1月の保健目標 「かぜをひかないように気を付けよう」

冬休みが終わり、規則正しい生活はできていますか？体の免疫力を下げないように、規則正しい生活と手洗いなどの基本的な感染症対策を心がけましょう♪

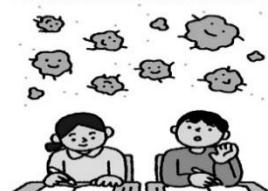
病原体がカラダに侵入する主な感染経路

飛沫感染



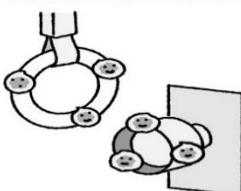
咳やくしゃみ、会話などで出た病原体を吸い込むことで感染。

空気感染(飛沫核感染)



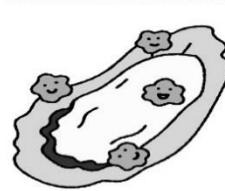
飛沫が乾燥して空気中に漂った病原体を吸い込むことで感染。

接触感染



病原体がついた場所を触り、手を介して口や鼻などから感染。

経口感染



病原体がついた飲食物を加熱などせずに口にすることで感染。