

ほけんだよい

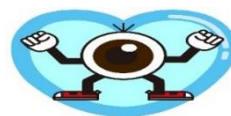


令和8年9月30日
豊島区立富士見台小学校
校長 田中 良行

季節の変わり目になり、朝晩は涼しくなったり、昼間は暑くなったり、1日の中でも気温の差を感じる季節になってきました。体が疲れやすく、風邪もひきやすい時季です。上着を持ってきて衣服での調整ができるといいですね。

規則正しい生活と十分な睡眠を心がけ、元気に過ごしましょう。

がつ もくひょう
10月のほけん目標：
め たいせつ
目を大切にしましょう



10月の保健行事予定

日程	健診・検査項目	学年	備考
16日(金)8:45～	歯科検診	全学年	・朝の歯磨きをしてくる。
29日(木)8:45～	脊柱側弯検診	5年生、 再検査者	【持ち物】体育着 ・肩より髪の毛が長い児童は、髪を結ぶ。

歯磨き指導を実施しました

9月25日(金)に歯科校医の黒田先生と、東京都歯科衛生士会より歯科衛生士の先生方6名をお迎えし、全クラスで「歯磨き指導」を実施しました。

今年も歯垢を染め出しの実習を行いました。染め出しが初めての学年もありましたが、どの学年も歯科衛生士の先生方の話をよく聞いて磨いていました。今回の実習で磨き残しに気付いた児童が多くいたようです。歯磨きカードと一緒に綿棒型歯垢染め出し剤を配布したので、ぜひご家庭でも染め出しにチャレンジしてみてください。教えていただいた磨き方を実践して、これからも歯を大切にしていきましょう。

1年生「むし歯予防：
3つの約束」の様子



3年生「おやつについて」の様子



目も大切にしま
しょう！



10月10日は目の愛護デーです

「10」を2つ横にすると、「**ろろ**」になり、まゆ毛と目のように見えることから、10月10日は「**目の愛護デー**」とされています。

「**目の愛護デー**」をきっかけに、目の健康について考えてみましょう。



○朝の遅刻や欠席の連絡について

年度初めにもお知らせしましたが、登校時間は8時10分～20分です。遅刻や欠席の場合は、「すぐーる」（又は電話）で**8時15分までに連絡をお願いします。**

- ・登校するか欠席するか迷っているときも、迷っているという内容でもかまいませんので連絡をお願いいたします。「遅刻予定」や、「遅刻か欠席か後ほど確定してから連絡します」などの連絡でも構いません。
- ・遅刻して登校するときは、必ず保護者の方が教室まで送り届けてください。

所在不明の児童がいる場合には学校から家庭に連絡をしていますが、なかなか連絡がつかないことがあります。非常事態発生時には、児童の安全を迅速に把握することがとても重要になりますので、ご協力をお願いいたします。

○感染症について

[東京都保健医療局](#)より、令和8年8月に東京都内でインフルエンザが流行開始との報告がありました。

【インフルエンザの症状】

38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛等の症状が比較的急速に現れる。併せて一般の風邪と同じように、のどの痛み、鼻汁、咳等の症状も見られる。お子様はまれに急性脳症を、高齢の方や免疫力の低下している方は肺炎を伴う等、重症化することがある。

【インフルエンザにかからないためにできること】

基本的な感染防止対策

①マスク着用②手洗い・消毒③換気

予防接種

インフルエンザワクチンは、感染しても発症を予防する効果があり、発症した場合は重症化防止に有効と報告されています。



豊島区では、インフルエンザの流行が例年より早く始まったため、10月1日（木曜日）から開始予定の小児インフルエンザ任意接種一部助成を1週間前倒しし、9月24日（木曜日）から開始したそうです。ぜひ、豊島区HPの確認をしてみてください。[小児インフルエンザ任意接種一部助成-豊島区](#)

○出席停止について



登校許可証が必要な感染症は、**溶連菌**や**感染性胃腸炎**などがあります。富士見台小学校ホームページの保健室に掲載されている「学校感染症と出席停止の一例」をご確認ください。また、「登校許可証」はダウンロードしてご利用いただけます。感染症にかかった場合は、医療機関で登校許可証を記入していただき、登校の際学校へご提出ください。

※インフルエンザ及び新型コロナウイルス感染症については、登校許可証の提出は不要です。聞き取りをもって許可証の代わりとしています。り患した場合は学校へご連絡ください。