



R6.1.9

唐津市立切木小学校

うちひと
お家の人と、いっしょに
よんでください。

あ 明けておめでとうございます。ふゆやす 冬休みは、ゆっくり過ごすことはできましたか？まだまだインフルエンザなどのかんせんしょう 感染症が流行っています。おほ 多くのかんせんしょう 感染症において予防の基本となる「手洗い・うがい」はしゅうかん 習慣としてできていますか？「寒くて手を洗いたくない！」と思っている人もいるかもしれませんが、き 気をゆるめずに、てくび ゆび あいだ ゆび つめ あいだ 手首や指の間、指と爪の間など洗い忘れがないように、あわだ りゅうすい 流水で洗い、よぼう 予防しましょう。ことし 今年も、どうぞよろしくおねがいします。

穴あきカルタを直そう!

じゅうにし 十二支たちがカルタで遊んでいると、たの 楽しかった龍がボウッ! ついつい火を吹いてしまいました。あな 穴が空いてしまったカルタの札に正しい言葉を入れて直してあげましょう。

この中から選ぼう

あさ 朝ごはん	よ 夜ふかし	げっこう 月光	いつもと同じ
はらばら 腹八分目	あいさつをし	そと 外	シャワーで済ませ
とっともゆっくり	にっこう 日光	てあら 手洗いをし	いえ 家
ゆふね 湯船につか	かし お菓子	はや 早く寝	なか お腹いっぱい

ヒント

- 朝は太陽の光を浴びましょう
- 同じ時間に起きると、生活リズムが整います
- 胃腸が弱らず、健康に過ごせます
- 起きたばかりだと、体も脳もエネルギーが足りません
- 思いっきり体を動かすと、風邪に負けない体になります
- 睡眠時間が足りないと、骨や筋肉を作る成長ホルモンが出にくくなります
- ぬるめのお湯にゆっくりつかると体が温まります
- 手に付いたウイルスが体の中に入ってしまおうと風邪の原因に

ふゆやす あ 冬休み明けは生活リズムが崩れがちです。カルタの札に書いてある事を心がけて生活リズムを整えましょう!

～3学期の発育測定についての連絡～
 ○ 1 / 11 (木) | 校時... 1・2年
 ○ 1 / 12 (金) | 校時... 5・6年



たい 体そう服をわすれずに持ってきてください!
 2校時... 3・4年

インフルエンザによる出席停止期間の基準は学校保健安全法施行規則の一部改正により、平成24年4月1日から以下のようになっています。

おうちの方へ

インフルエンザの出席停止期間について

発症後5日を経過 + 解熱後2日を経過するまでは、
学校はお休みになります。ゆっくり静養してください。

例	発症日 0日目	発症後 1日目	発症後 2日目	発症後 3日目	発症後 4日目	発症後 5日目	発症後 6日目	発症後 7日目
発症後2日目に 解熱した場合	発症 / 発熱 	発熱 	解熱 	解熱後 1日目	解熱後 2日目	※まだ発症後5日 を経過していない ため登校できない	登校可能 	
出席停止期間	→							
発症後4日目に 解熱した場合	発症 / 発熱 	発熱 	発熱 	発熱 	解熱 	解熱後 1日目	解熱後 2日目	登校可能 
出席停止期間	→							

★発症日（当日0日目）は、病院を受診した日ではなく、インフルエンザ様症状（38.0℃程度の発熱等）が始まった日です。症状が始まった日に受診した場合は、その日が発症日（当日0日目）となる。病院受診時に、医師に病状について相談し、発症日を確認することが必要です。

★最短でも発症日から数えると、6日間の出席停止が必要ということになります。その後は、解熱した日によって出席停止日が延期されていきます。

（発症後4日目以降に解熱した場合は、解熱した日によって出席停止期間は延長されます。）

*発症日を0日と数える。

*1日のうちで、発熱・解熱をとともに認めた場合は、発熱期間とする。

*解熱した後2日というのは、解熱した日を0日と数える。

～保護者様へお願い～ ご協力よろしくお願ひします！

*インフルエンザと診断されたら・・・

すぐに学校まで下記のことをご連絡ください。

① 発症した日（病院を受診した日ではなく、インフルエンザ様症状〔急な発熱、関節痛、倦怠感等の全身症状〕が始まった日です。）

② 病院を受診した日（診断された日）

③ 受診した病院名

④ 診断名：インフルエンザの型（例：インフルエンザA型、インフルエンザB型等）



12月の「夜のはみがきカレンダー」について



保護者さまにはお忙しい中、「お家の方から一言」の記入をしていただき、ありがとうございます。
「自分の感想」と「おうちの方から一言」を一部紹介したいと思います。

じぶん かんそう ～自分の感想より～

1年

- 10日間歯をみがけて良かったです。
- 夜は、自分でしていないからしたいです。
- 歯みがきがばい菌をたおしてくれるから助かりました。
- これからも歯みがきを続けていきたいです。今度は自分で歯みがきできるようになりたいです。
- 歯みがきができて良かったです。

3年

- 全部できて良かったです。
- 毎日歯みがきを上手にできたので良かったです。
- また全部できたので良かったです。
- できた。

5年

- 一週間できたので良かったです（2名）
- わすれることがなかったから良かったです。
- 歯ブラシはきれいにつかえたけど、歯みがきをわすれそうになったのでしっかりきれいにみがけるようになりたいです。
- まだ歯ブラシはきれいですが、次やる時には、きたなくならないようにしたいです。
- 今度はあんまりみがけてないところをやりたいです。
- 4日から10日までみがけたので良かったです。朝も昼もしっかりみがけたので良かったです。

6年

- 一週間連続歯をみがくことができなかつたので悔しいです。
- この調子でやっていきたいです。
- 休みの日できなかつたときがあったから、気がたるんでるなと思いました。
- 歯みがきのみがく部分が広がらないようにみがくことができたので良かったです。

2年

- がんばりました。
- 全部歯みがきができたからうれしいです。
- まだまだ歯ブラシは、きれいです。
- 私は、全部かけたので良かったです。
- 全部うまることができたのでうれしかったです。
- ぼくは毎日ご飯を食べたらすぐみがいて、虫歯にならないようにしたいです。
- ぼくは、最近歯みがきが上手くなって良かったです。

4年

- ちょっとできて良かったです。月火木土日できて良かったです。
- しっかりみがけたので毎日続けたいです。
- 土曜日、疲れて寝てしまったけど6回歯をみがけたので良かったです。
- きれいな歯ブラシで一週間みがけたので良かったです。
- 毎日いつも上手にみがけたので良かったです。
- 全部歯みがきカレンダーがぬれたので良かったです。
- 言われなくても自分からできました。
- 歯みがきができました。
- 歯みがきを優しくみがいて、歯ブラシが広がらないようにしたいです。
- 毎日できたので良かったです。
- 自分でみがくと時間がかかるので、もっときれいに早くみがきたいと思いました。
- 一週間きれいに歯をみがけたのでこれからも、続けていきたいです。
- がんばります。



～おうちの方から一言より～

ねん
1年

- よく頑張りました。これからも毎日みがきましょうね。
- これからは、夜も自分でみがいてから、仕上げみがきをするようにしようね!
- 毎日、頑張りました。これからもピカピカにしてね。
- 上手にみがけるようになってきたね! この調子でこれからもがんばろう♡
- 寝る前は自分から歯みがきをする習慣がついていてえらいです!

ねん
2年

- 一週間がんばりました。毎日ががんばっていこう♪
- このまま毎日続けてください。父
- 夜の歯みがきはバッチリです! でも話を聞いてみると給食の後に歯を磨かないで遊ぶこともあるとか…。朝と昼もバッチリにしよう!
- 夜の歯みがきも声かけなしできちんとやりました!!
- これからも毎日ががんばろうね!
- ご飯を食べたら、自分からみがきに行っていました。このままきちんと続けて行ってくれたらうれしいです。
- もう少し時間をかけてみがこうね!! すすぎもしっかり!!

ねん
3年

- よく頑張っていました。父より
- キレイに頑張っていました。
- いつも出来ています。
- よくできました。



ねん
4年

- 一週間がんばりました。毎日ががんばっていこう♪
- まじめにできました。母
- みがけなかった日があったね。残念だ!! 今度は、がんばってみがこうね。
- このまま毎日続けてください!! 父
- これからも毎日、しっかりみがけるようにならなうしよう!
- 毎日きちんとよくがんばりました!! ちゃんと習慣になってるね!!
- いつも出来ています。
- きちんとみがけました。
- これからもむし歯ゼロを目指してがんばらうね!!
- 自分でみがくのをがんばって、上手にならう☆
- ずーっと続けようね!! きれいにみがけるようになってきました。

ねん
5年

- 頑張りました。毎日続けることが大事だね。
- 毎日できました。丁寧にみがけるともっと良いと思います。母
- 夜の歯みがきの習慣が身についてきていると思います。ゴシゴシではなく、1本1本丁寧にみがいていけるようにしていきたいとも思います。
- 毎日、みがいています。歯医者さんからも「きれいにみがいてますネ!」とされています。

ねん
6年

- みがけなかった日が1日あったね! 反省して次回はパーフェクトにしようね。
- 歯ブラシが広がらないのは、優しくみがけているということだね!! その調子で頑張らう☆

「12月の夜のはみがきカレンダー」は、全校児童40人中35人(87.5%)

が、毎日できていました。

これからも、毎日歯みがきをして、むし歯や歯周病を予防しましょう。

今後とも保護者様の仕上げみがき、よろしくお願ひします。



おもてめん
表面の「穴あきカルタ」の答え

じょうだん 右から「朝ごはん」「腹八分目」「いつもと同じ」「日光」

かだん 下段の右から「手洗いをし」「湯船につかっ」「早く寝」「外」