



令和7年10月31日
練馬区立開進第三小学校
校長 佐々木秀之
養護教諭 多田 優子

11月に入り、寒さが増してきました。10月頃からインフルエンザでお休みする人が出ています。今年は例年より早く流行がはじまっています。手洗い・うがい、咳エチケットなど感染症対策に努めましょう。



11月8日はいい歯の日

11月8日はいい歯の日です。いつまでも美味しく食事を摂るため、毎日丁寧に歯みがきをすることが大切です。また、学校では11月に秋の歯科健診を実施します。朝は必ず歯みがきをしてから登校するようお願いします。

歯科健診

5・6年	11月5日(水)
3・4年	11月12日(水)
1・2年	11月26日(水)



むし歯になりやすい生活習慣は改善しよう!!

大人になってもいい歯を維持するために、以下の一つでもあてはまる人は要注意です。
食後の歯みがきや歯医者さんの歯科検診など、歯のケアを心がけてください。



おやつや清涼飲料水が
大好きでよくとる

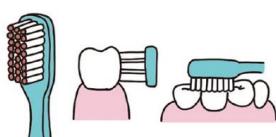


食べるとき、かむ回数が
少ない(30回以下)



食べた後に、歯みがきを
しないことがある

歯ブラシを上手に使おう



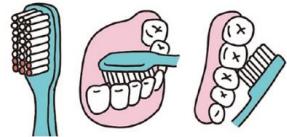
全面
歯の表面、かみ合わせ



つま先
かみ合わせの小さな凹凸、
奥歯と奥歯の間など



わき
歯と歯肉の境目、
前歯と前歯の間など



かかと
前歯の裏側、
奥歯の手前側など

かんせんしょう よぼう 感染症を予防しよう！

区内では、10月に入りインフルエンザによる学級閉鎖も出ており、本校でもインフルエンザでお休みする人が出ています。感染症を予防するために、以下のことに気をつけて過ごしましょう。



かんせんしょう しゅっせき てい 感染症と出席停止について

下記の感染症にかかった場合は学校にお知らせください。

朝の健康観察のポイント

- 顔色はよい
- 食欲がある
- ぐっすり眠った
- 熱はない



病名	出席停止期間の基準
新型コロナウィルス感染症	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
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
百日咳	特有の咳が消失するまで、または5日間の適切な抗菌薬による治療が終了するまで
麻疹（はしか）	解熱後3日を経過するまで
流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	耳下腺、頸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
風疹	発疹が消失するまで
水痘（水ぼうそう）	すべての発疹が痂皮化するまで
咽頭結膜熱（プール熱）	主症状が消失し、2日経過するまで
結核	医師により感染の恐れがないと認めるまで
髄膜炎菌性髄膜炎	医師により感染の恐れがないと認めるまで

※この他にも、出席停止となる感染症と診断された場合、登校する際に「登校届」が必要です。「登校届」の用紙は学校のHPからダウンロードできます。