

木下小のみなさんと保護者の方へ



連休前半が終わりました。皆さんはどの様にお過ごしでしたか？

新しい生活が始まって3週間、お子さん達は知らず知らずのうちに疲れがたまっていると思います。お出かけするご家庭もあると思いますが、連休後半は「近くの公園で一緒に遊ぶ」といった「疲れを残さない活動」も取り入れてみてはいかがでしょうか？

新緑のきれいなこの季節を満喫したいですね！

## 5月の保健目標 生活のリズムをととのえよう

4月は緊張してできていた早起きですが、5月の連休でリズムが崩れてしまって…。今は、ちょっと心配な時期でもあります。生活のリズムは早起きです。早起きができることで「朝食の時間」や「トイレの時間」が確保でき、一日の良いスタートにつながります。

ここ数年、朝食内容が「菓子パンと水」という声を聞くことが増えました。「食欲がない事」が理由のようです。一日の始まりの大切な朝食。早起きの習慣をつけて、卵や野菜なども食べられるとよいですね。

# 朝ごはんはこんなに変わる？！

## ★ 朝ごはんを食べた ★

**あたま 頭** のう めざ 脳が目覚めて  
べんきょう しゅうちゅう 勉強に集中できる

**からだ 体** たいおん 体温が  
あがって げんき 元気に  
うご 動ける

**おなか** ちよう うご 腸が動いてうんちが  
きもちよく出る

## ★ 朝ごはんを食べていない ★

**あたま 頭** エネルギー不足で  
あたま 頭がぼーっとする

**からだ 体** おもいきり 思い切り  
あそびげんき 遊ぶ元気が  
で 出ない

**おなか** ちよう しげき 腸が刺激されず  
きもちよく出ない

朝ごはんが一日を楽しく過ごすためのカギ。勉強も遊びも、がんばるには  
まず朝ごはんから。

## <スポーツ振興センター掛け金について>

印西市では小学校入学時、または印西市転入時にスポーツ振興センターに加入申し込みをさせていただいています。学校管理下(登下校時も含みます)で起きた災害(怪我・疾病等)のほとんどが給付の対象になります。申請には手続きが必要ですので、医療を受診した場合には学校までお知らせください。受診の際に、スポーツ振興センター対象となるケースは、印西市こども医療助成受給券の対象にはなりませんのでご注意ください。

令和7年度の掛け金は、昨年度同様920円です。保護者の皆様には半額の460円を第1回学校徴収金の際に集金いたします。(残りの460円は印西市で負担しています。)よろしくお願いたします。



## <出席停止について>

お子様が感染力の強い病気にかかった場合は、学校保健安全法により病気の悪化を防ぐため、また他の児童への感染予防のため出席停止になります。

### ◆◆主な感染症の種類◆◆

インフルエンザ・百日咳・麻疹(はしか)・風疹(三日はしか)・流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)水痘(水ぼうそう)・溶連菌感染症・流行性角結膜炎(はやり目)・新型コロナ感染等

※お子様が感染症にかかっている疑いがある時は、早めに医師の診察を受けてください。

(保護者の判断では出席停止にはなりません)

※出席停止中は欠席にはなりません。家庭で十分静養してください。

### 基本の事務手続き

- 1) 保護者は医師より出席停止の指示や診断を受けたことを学校へ連絡してください。
- 2) 学校では出席停止の事務手続きをします。
- 3) 保護者の方は、学校のホームページより「感染症療養報告書」をダウンロードしていただくか、学校に「感染症療養報告書」が欲しいことをお知らせください。

※木下小ホームページ→申請書 LD→保護者向申請書→保健室から→提出書類をダウンロード→フォルダーを開き該当の書類を選んでください。

様式1…インフルエンザ療養報告書

様式2…感染症(インフルエンザ・新型コロナを除く)療養報告書

様式3…新型コロナウィルス感染症療養報告書

- 4) 保護者の方は、主治医に「感染症療養報告書」への記入をお願いしてください。感染症の種類や状況により保護者の方に記入していただく場合もあります。様式をご覧いただき、不明な場合には養護教諭までご相談ください。
- 5) 児童は「療養報告書」を持って登校してください。

