



令和2年1月21日
立川市立若葉台小学校
校長 井土 満
養護教諭 須山沙織理

3学期が始まり、本校ではインフルエンザによる欠席は少しずつ出てきており、立川市内の小
学校ではでは学級閉鎖をおこなっている学校があります。引き続き、ご家庭でもうがい手洗いや
マスクの着用等の声かけをお願いします。また、今週から給食前のアルコール消毒を始めますの
で、手荒れ等がご心配な方は担任または養護教諭までお知らせください。



若葉台小学校 身長・体重の平均

3学期の計測結果の平均です。
成長には個人差がありますが、
参考にいただければと思います。

男子	1年	2年	3年	4年	5年	6年
身長(cm)	120.6	126.3	131.9	137.7	143.8	149.2
体重(kg)	23.3	26.4	30.0	33.5	37.6	41.6

女子	1年	2年	3年	4年	5年	6年
身長(cm)	118.0	126.3	131.5	139.0	145.3	151.5
体重(kg)	21.7	25.7	28.3	33.5	38.8	42.7

『健康の記録』の取り扱いについて

例年、定期健康診断や発育測定が終わるごとに『健康の記録』に結果を記入し、ご家庭
にお知らせしてきましたが、**個人情報保護の観点から立川市内全小学校において、『健康の
記録』の学校とご家庭の間でのやりとりを廃止することが決定しました。**そのため、今学期から
以下の通り、取り扱いを変更します。

①来週配布予定の『健康の記録』は学校へ返却せず、ご家庭で保管を
お願いします。今後『健康の記録』を学校へ提出することはありません。

②来年度の1学期の定期健康診断の結果は、定期健康診断終了後に別紙
します。2・3学期の発育測定の結果は、学期末の通知表に記入し、
配布します。



保健室からのお願い

□朝の健康観察では、顔色や食欲、体温などで普段と違う様子がないか見るようにしてくだ
さい。朝は体温が一番低い時間帯のため、微熱であってもその後体温が上がる可能性があ
りますので、無理をさせないようにお願いします。また、**学校では37.5℃を超えた場
合や1時間休憩をしても状態が良くならない場合はおうちの方にご連絡をしています。**
一人で帰すことはできませんので、迎えに来ていただきますようご協力 よろしくお願いま
す。

□インフルエンザ等の感染拡大防止のために、**マスクの着用をお願いします。**お子さんの顔
のサイズに合ったものをご準備ください。汚れてしまうこともあるかと思いますので、予
備のマスクをランドセルに入れることをおすすめします。

□インフルエンザにかかった場合は必ず学校へご連絡ください。登校を再開する際には医師
が記入した治癒証明書（登校許可証）が必要となります。用紙は担任または
養護にご連絡いただくか、若葉台小のホームページからダウンロードして
お使いください。また、受診された際に必ず**インフルエンザA型かB型か
確認**をお願いします。



☆ 1月保健目標 冬を元気に過ごそう ☆

咳エチケット していますか？

咳・くしゃみの症状があるとき



咳・くしゃみが出そうになったら



水分はしっかり ふきとって！

かぜやインフルエンザを予防するた
め、冬はいつも以上に手洗いを頑張っ
ていると思います。でもその後、きれ
いなタオルやハンカチなどで水分をし
っかりふきとっているでしょうか。手に
水気が残っていると、またウイルスなど
がつきやすくなるだけでなく、ひびや
あかぎれの原因にもなります。それか
ら、お風呂からあがった後、髪の水
もしっかりふきとっているでしょうか。
ぬれていると、湯冷めをしてかぜをひき
やすくなるので、髪はちゃんと乾燥さ
せましょう。