

ほけんだより6月号

令和8年6月1日
足立区立梅島小学校

※今月号は、教育実習生と一緒に作成しました。

梅雨に負けずに元気にすごそう



梅雨入りが近づいてきました。雨の日が多くなったり、
空気がじめじめしたりと気分が晴れない時もあるかもしれま
せん。天気の良い日には外で元気に遊んで心のモヤモヤを
吹き飛ばしましょう。



言い方をカエル 見方をカエル

これから梅雨が始まり、雨が降ったり、じめじめ、バタバタ…
なんだか心まで雨もようになってしまいがちです。
そんな6月の心の天気を晴れにカエル、「リフレーミング」を
紹介します。

●リフレーミングって知ってる？

自分の好きになれないところや短所、友だちや家族の苦手なところ、
誰もが持っていると思います。そんなマイナスな気持ちもプラスな
言葉に言いかえてみましょう。それこそが「リフレーミング」です。

●やってみよう！リフレーミング！

言い方をかえれば、見方もかわります。これまで気にしていたこと
も、受け入れられるようになるかもしれません。



声が大きいの	----->	活発、あかるい
落ちこみやすい	----->	真面目、謙虚
人見知り	----->	慎重
負けずぎらい	----->	一生けん命、向上心がある
意地っ張り	----->	くじけない



裏面に続きます

保護者の皆様へ

運動会が無事に終わり、お子様はホッと一息つけましたか。この時期は、水泳学習で体力を消耗しやすくなります。お子様の体調管理のご協力をお願いします。

【6月の健診日程】

1日（月）尿検査二次（予備日）

4日（木）歯科健診（4・5・6年）

17日（水）～19日（金）色覚検査（4年希望者）

事前に希望調査を実施します。

学校感染症について



学校感染症でお休みをした場合には、出席停止となります。登校再開時に「登校許可証・登校届」を学級担任にご提出ください。「登校許可証・登校届」は、足立区や梅島小学校のHPからダウンロードできます。提出していただく書類は、医師が記入した「登校許可証」と保護者の方が記入する「登校届」があり、感染症により異なります。ご確認ください。

【医師が記入した登校許可証が必要な感染症】

病名	出席停止期間
麻疹（はしか）	解熱後、3日を経過するまで
風疹（三日はしか）	発疹が消失するまで
水痘（水ぼうそう）・帯状疱疹※①	すべての発疹がかさぶたになるまで
流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	耳下腺、顎下腺、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
インフルエンザ※②	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、又は、5日間の適正な抗菌性物質製剤による治療が終了するまで
結核	医師の判断がでるまで（感染の恐れがないと認められていること）
咽頭結膜熱（プール熱）	主症状が消失した後2日を経過するまで
アデノウイルス感染症※③	主症状が消失した後2日を経過するまで
流行性角結膜炎（はやり目）	医師の判断がでるまで（感染の恐れがないと認められていること）
急性出血性結膜炎	医師の判断がでるまで（感染の恐れがないと認められていること）
腸管出血性大腸菌感染症（O-157）	医師の判断がでるまで（感染の恐れがないと認められていること）
髄膜炎菌性髄膜炎	医師の判断がでるまで（感染の恐れがないと認められていること）

※① 第2種感染症の対象ではないが、水痘に準ずる。

※② 通常は、「インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症の登校届」（保護者が記入）を提出してください。入院時のみ「医師が記入した登校許可証」が必要です。

※③ 足立区医師会のご意見を基に、登校許可証を提出する対応となった。（令和6年3月～）

【医師から登校可能と判断を受け、保護者が記入した登校届が必要な感染症】

病名	登校のめやす
手足口病	発熱がなく、口腔内の水疱・潰瘍の影響がなく普段の食事がとれること
溶連菌感染症	治療開始後24時間経過し、発熱がなく、全身状態が良いこと
伝染性紅斑（りんご病）	全身状態が良いこと
感染性胃腸炎	発熱がなく、嘔吐、下痢等の症状が治まり、普段の食事がとれること
ヘルパンギーナ	発熱がなく、口腔内の水疱・潰瘍の影響がなく普段の食事がとれること
マイコプラズマ肺炎	症状が改善し全身状態が良いこと
RSウイルス感染症	症状が改善し全身状態が良いこと
新型コロナウイルス感染症※	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・新型コロナウイルス感染症の登校届」を提出してください。