

# ほけんだより 11月

令和7年11月5日  
世田谷区立松沢小学校  
校長 寺崎 晶子  
養護教諭

運動会では、子どもたちの笑顔や頑張る姿にたくさん元気をもらいました。次は、音楽会に向けて本格始動します。

朝晩の冷え込みや気温差で、風邪や体調不良の人も増えてきます。しっかり睡眠をとり、温かい食事で体を整えていきましょう。朝の健康観察等、ご家庭でのサポートをよろしくお願ひいたします。

## 感染症情報

### インフルエンザ流行！

運動会前に1クラス学級閉鎖がありました。その後は、全校に少しずつ広まってきており、引き続き注意が必要です。

### 予防方法



外から帰ったら  
手洗い



うがい



部屋の空気を入れかえる

10月16日～10月31日

新型コロナウイルス	1名
水痘	1名
溶連菌感染症	2名
<b>インフルエンザA型</b>	<b>44名</b>
インフルエンザB型	1名
インフルエンザ型不明	2名

早寝・早起きで  
疲れを溜めない



好き嫌いしないで  
なんでも食べる

### 秋の歯科検診

11月13日（木）歯科検診（3・4年生）



当日の朝は、いつも  
よりもしっかり、歯み  
がきをしてください。  
受診後に、受診の結  
果をお渡します。

### 歯みがきのポイント

- 1 毛先が広がっていない  
歯ブラシを使う！
- 2 歯ブラシはえんぴつの  
ようにもつ！
- 3 歯は1本ずつ丁寧に磨く！

