



風邪予防に取り組もう！

冬に近づきだんだんと冷え込むようになってきました。11月21日時点で柏崎市内では、インフルエンザの流行が見られ、学年閉鎖・学級閉鎖となっている学校が出てきています。これから本格的な流行シーズンに入りますので、改めて確認をお願いします。

【インフルエンザ】

症状→38℃以上の高熱、関節の痛み、せき・鼻水等の感冒症状等

予防法→手洗い、換気、規則正しい生活習慣、バランスよく栄養をとる、マスクの着用、予防接種
※新型コロナウイルスの対策と同様です。引き続き、対策をよろしくお願いいたします。

出席停止の期間

インフルエンザの場合：発症後5日間＋解熱後2日間

〈例1〉 5/17から登校可能							〈例2〉 5/19から登校可能								
5/11	5/12	5/13	5/14	5/15	5/16	5/17	5/11	5/12	5/13	5/14	5/15	5/16	5/17	5/18	5/19
0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
発症							発症								
			0日目	1日目	2日目							0日目	1日目	2日目	
			解熱									解熱			

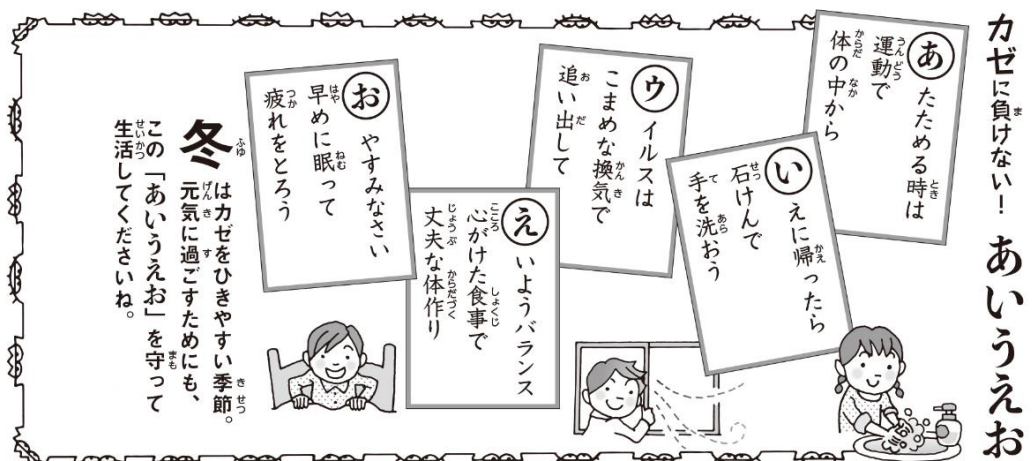
医療機関で診断後、学校までお知らせください。休み明け初日に、『療養解除届』を学校へ提出してください。

『療養解除届』については、小学校ホームページからもダウンロードできますので、そちらもご利用ください。(北鯖石小学校HP <https://www.kenet.ed.jp/kitasaba/>)

※『療養解除届』より抜粋

まいにち
毎日きれいなハンカチ

ティッシュを持ってこよう！



スクールカウンセラー来校予定

次回の来校予定日は、**12月13日(水)**です。面談をご希望の場合は、連絡帳もしくは電話にてご連絡ください。ご希望の時間と相談内容を簡単に教えてください。11月27日現在、10時30分～16時00分の時間帯が空いており相談可能な時間です。

3 回目の生活がんばり週間が始まります！

12 月4日(月)～12 月10日(日)まで、3 回目の生活がんばり週間です。今年度最後の取組となります。前回と同様に、週間開始前にご家庭で目標とノーメディアデーを 1 日決めて、12 月 4 日から生活がんばり週間の取組が始められるよう、目標設定の時間を作ってください。よろしくお願いします。

学年・項目別「できた」の割合

今回は、学年別に取り組状況をグラフにまとめてみました。9月は、【就寝時刻】【メディア】を中心に事前指導を行い目標を設定したところ、どの学年も就寝時刻とメディアの割合が増加し、「早寝」「メディアとの関わり方」が少しずつ良くなっているようです。子どもたちの努力とおうちの方の協力の成果の表れです。ありがとうございます。3回目の取組も「できた」数が増えるように引き続きご協力をよろしくお願いします。

