

あいさつ だ い じ 挨拶って、なんで大事なの？

① 挨拶は「心を開いて、仲良くなろうね」のサイン

「挨拶」の「挨」は「心を開く」という意味、「拶」は「相手に近づく」という意味があります。

皆が元気よく「おはよう！」と言うと、相手は「ああ、わたしと仲良くしてくれようとしているんだな」と感じて、安心します。

反対に、挨拶がないと「わたしのこと、嫌いなのかな？」と不安になってしまうかもしれません。



② 挨拶は「魔法の呪文」

挨拶は、みんなの周りの雰囲気（ふんいき）を明るくする魔法の呪文（まほうのじゅもん）です。

朝、教室に入ったときに、皆で「おはよう！」と挨拶（あいさつ）すると、教室がパツと明るい雰囲気（ふんいき）になります。

明るい雰囲気（ふんいき）の教室では、勉強（べんきょう）も遊び（あそ）ももっとたのしくなります。



③ 挨拶は、自分を「立派（りっぱ）」に見せてくれる

皆（みんな）がしっかり挨拶（あいさつ）している姿（すがた）を、周りの大人（おとな）たちが見（み）ると、「この子（こ）は、立派（りっぱ）だなあ」と思（おも）ってくれます。

周りの人（ひと）との関係（かんけい）を大切（たいせつ）にすることで、いざというときに助（たす）けてもらえるような、見（み）えない財産（ざいさん）を築（きず）くことができます。



インフルエンザや 新型コロナウイルス 感染症にかかったら 出席停止です！

急に高い熱（38℃以上）が出たり、寒気がしたり、
全身が痛くなったり、のどが痛くなったりしたら、イン
フルエンザや新型コロナウイルス感染症にかかった
のかも!? 早めに病院に行きましょう。インフルエン
ザや新型コロナと診断されたときは出席停止になりま
す（それぞれの出席停止期間は下の図を見てください）。
どちらの場合もすっかりよくなるまで、部屋の湿度に
気をつけて、あたたかくして、ゆっくり休みましょう。

インフルエンザの場合

例：

3日目に解熱した場合、
4日目に解熱した場合

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
3日目に 解熱した場合		はつねつ 発熱		げねつ 解熱	げねつご 解熱後 1日目	げねつご 解熱後 2日目	とうこう 登校 OK	
4日目に 解熱した場合		はつねつ 発熱		げねつ 解熱	げねつご 解熱後 1日目	げねつご 解熱後 2日目	とうこう 登校 OK	

新型コロナの場合

例：

4日目に症状が軽快した場合、
5日目に症状が軽快した場合

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
4日目に症状が 軽快した場合		ゆうしょうじょう 有症状		しょうじょう 症状 軽快	けいかいご 軽快後 1日目	とうこう 登校 OK		
5日目に症状が 軽快した場合		ゆうしょうじょう 有症状		しょうじょう 症状 軽快	けいかいご 軽快後 1日目	とうこう 登校 OK		

下着は体の冷えを 防いでくれる 強い味方です！



みなさんは、下着を着ていますか？「下
着って、カッコ悪い」「ジャンパーやコート
を着たり、手袋やマフラーをしたりしてい
るから大丈夫」なんて、思っていないか？
実は、たくさん重ね着しても、マフラー
や手袋で首や手首を温めても、下着を着て
いないと、やっぱり寒さを感じてしまいま
す。なぜなら、皮膚と洋服の間のすき間に、
冷たい風が入り込んでしまうからです。

しかし、下着を着れば、大丈夫！ 体に
ぴったりくっつく下着は、体のあたたかさを
保ってくれるのです。体の中から「寒いな〜」
という声が聞こえたら、下着を着ましょう。

最近、保温性の高い素材や裏起毛（内
側が毛のようにやわらかい）タイプなどもあ
ります。着心地のよい下着を選びましょう。