

# ほけんだより

六ツ美中部小学校 保健室

# 1月

2017年 1月



**はや 早い お 早く 早起きして、ひる 昼 ほうか は 外 であそぼう!**

あたらし とうし むか ことし ことし  
新しい年を迎え、「今年、〇〇をがんばろう!」「今年、〇〇ができるようにしよう!」など、いろいろな目標 もくひょう をたてましたか?これから3月までは、1年のしめくくりの時期 じき です。

もくひょう  
目標 もくひょう をもって、がんばりましょう!

がつき 3学期は、毎年 まいとし かぜやインフルエンザの流行 りゅうこう が心配 しんぱい される季節 きせつ です。  
ただ きそく正しい生活を送り、かぜに負けない体 からだ をつくりましょう。



また、手洗い・うがい・換気 かんき をしっかり行い、病気 びょうき にならないように気 き をつけましょう。

かぜなんてひかないぞ!

## かぜ予防の ポイント

**はや 早い お 早く 早起きして、ひる 昼 ほうか は 外 であそぼう!**



そと からだ うご  
外で体を動かそう

◎水分補給、汗の  
始末を忘れずに



いえ かせ 家に帰ったらうがい・手洗い てあら



ウイルス あらい を洗い流そう なが

### 毎朝

今日も元気?

### 自分でチェックしよう!



＝おうちの方へ＝

インフルエンザは、出席停止となる病気です。インフルエンザが疑われる症状の時は、無理をして登校させず、かかりつけの医師に受診するようにしてください。

・【インフルエンザによる出席停止の期間】

早退した場合は、本校では、早退した日を発症と考えます。

出席停止の 期間の基準	発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日（幼児に あつては、3日）を経過するまで
----------------	---

・発症後2日目に解熱した場合（児童・生徒）

水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	月曜日	火曜日
発症	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	出席
		解熱	1日目	2日目		可能

※ 幼児も出席可能

・発症後4日目に解熱した場合（児童・生徒）

水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日
発症	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目		出席
				解熱	1日目	2日目	可能

※ 幼児はさらに  
1日後

急にかぜ・インフルエンザによる欠席者が増えたら

毎日の欠席者数と登校者の中の有症者数の推移により、部活動を中止したり、給食後早帰りしたりする場合があります。メール配信等で、お知らせします。

緊急連絡先に変更はありますか？

お子さんの体調が悪い場合や給食後の早帰り措置をとる場合に、携帯電話等に連絡します。携帯電話のメールや着信等を、時々確認していただくとともに、緊急連絡先に変更がある方は、連絡帳にて担任までお知らせください。