



ほけんだより 1月



2023.1.27

第12号

留小 ほけんしつ

今年(ことし)はインフルエンザにも注意(ちゅうい)！？

去年(きょねん)はコロナウイルス(ウイルス)が流行(りゅうこう)していましたが、今年(ことし)はコロナ(コロナ)に加えてインフルエンザ(インフルエンザ)の流行(りゅうこう)にも注意(ちゅうい)なくてはなりません。といっても、どの感染症(かんせんしょう)も基本的な予防対策(よぼうたいさく)は同じ！手洗(てあら)いうがいや適度(てきど)な換気(かんき)、マスク(マスク)をしっかりとつけることで予防(よぼう)はバッチリ(ばっちり)できます。普段(ふだん)からみなさんが当たり(あたり)前にや(ま)っていることをこれからもしっかりと続(つづ)けていきましょう♪

感染症(かんせんしょう)予防(よぼう)のポイント(ポイント)は… 減(へ)らす・入(い)れない・戦(たたか)う



こまめな掃除(そうじ)や換気(かんき)で室内(しつない)のウイルス(ウイルス)を

減(へ)らす！



マスク(マスク)や手洗(てあら)いで体(からだ)にウイルス(ウイルス)を

入(い)れない！



食事(しょくじ)・睡眠(すいみん)・運動(うんどう)で免疫(めんえき)をつけてウイルス(ウイルス)と

戦(たたか)う！

インフルエンザの出席停止期間(しゅっせいちしきくわん)を確認(かくにん)！

「発症(はっしょう)した後(のち)5日(にち)を経過(けいご)し、かつ、解熱(げねつ)した後(のち)2日(にち)を経過(けいご)するまで」出席停止(しゅっせいちし)とされています。「登校可(とうこうか)」となっても、体調次第(たいちょうじだい)では、お医者(いしや)さんと相談(さうだん)して登校(とうこう)の判断(はんぱん)をしましょう。

例	発症日	発症後5日間(出席停止期間)					発症後5日を経過		
	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
発症後1日目に解熱した場合	発症	解熱	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	登校OK	
発症後2日目に解熱した場合	発症	発症	解熱	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	登校OK
発症後3日目に解熱した場合	発症	発症	発症	解熱	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目
発症後4日目に解熱した場合	発症	発症	発症	発症	解熱	1日目	2日目	3日目	登校OK
発症後5日目に解熱した場合	発症	発症	発症	発症	発症	解熱	1日目	2日目	登校OK

1月の身体測定(しんたいそくてい)の結果(けっか)をお知らせ(し)します

今年度最後の身体測定(しんたいそくてい)が終わりました。どの子(こ)も1年間(いちねんかん)でぐんぐん成長(せいちょう)しており、中には自分で結果(けっか)を確認(かくにん)しながら驚(おどろ)く姿(すがた)も見(み)られました。どの学年(がくねん)も1年間(いちねんかん)での身長(しんちよう)伸び率(のびりつ)が平均(へいきん)して約(やく)4.5 cm以上(いじょう)となり、一番(いちばん)伸びた子(こ)では9.7 cmも伸び(のび)ていました。(6年生(ねんせい)の中には先生(せんせい)より身長(しんちよう)が高(たか)くなった子(こ)もいて、すごいな—という気持ち(きもち)と同時に(どうじ)くやしいです…。笑)

健康カード(けんこうカード)を渡(わた)したので、おうちの人(ひと)と一緒に(いっしょ)確認(かくにん)してみましょう！

(確認(かくにん)後(のち)、押印(おしじるし)してすぐに学校(がっこう)へもどしてください。)

