

インフルエンザ流行のシーズンです！

3学期が始まり、今週のインフルエンザによる出席停止者は、全校で14名となりました。現在は各学年に分散していますが、例年1月の連休明けあたりから感染者数が増加し、学級閉鎖となるクラスが出てきます。不要不急の外出は避け、体調管理に努めましょう。

寒^{さむ}い冬^{ふゆ} 健^{けん}康^{こう} 習^{しゅう}慣^{かん} 意^い識^{しき}しよう



食べすぎ&運動不足になりがち。日常生活に運動を取り入れよう。



インフルエンザやノロウイルスの予防にしっかり手洗い習慣を。



寒さ自体ストレス。楽しいこと、気持ちいいことを意識してやってみよう。



夜更かししないでしっかり睡眠。規則正しい生活習慣はキープ。

おうちの方へ

かぜ、インフルエンザ、
感染性胃腸炎などが
はやる季節ですので、
毎朝、お子さんの健康観察を
お願いします！

熱は？

せきは？

吐き気は？

体のだるさは？

鼻水は？

のどの痛みは？

下痢は？

体の痛みは？



もし、かかってしまったら…

インフルエンザと医師に診断されたら、学校に連絡をお願いします。A型・B型の判定もわかりましたら、お知らせください。

出席停止（治癒証明書）の通知をお渡ししますので、治ったら医師に「治癒証明書」を書いてもらい登校時に提出をお願いします。

出席停止（治癒証明書）の用紙は学校のホームページからもダウンロードできます。学年、組、氏名を記入して医療機関に持参してください。

※体調が悪い場合は、無理な登校はさけ、家で様子を見ましょう。無理をすると回復も遅れます。また、他への感染拡大防止のためにもご協力をお願いします。

※身体測定は、4月と10月の年2回の実施となりましたので、3学期の測定は行いません。ただし、希望者は個人的に測定することができます。身長、体重を測りたい人は、来週の休み時間、昼休み、または放課後に保健室に来てください。

