

ほけんだより



11月の保健目標

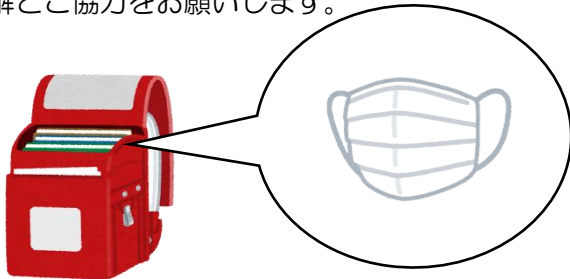
しせい
よい姿勢ですごそう

インフルエンザが流行しています

インフルエンザの流行は、1月下旬くらいをピークに一気に広まり収束するイメージでしたが、コロナ禍を経て、広まるイメージのないこの時期に流行が収まらない状態になっています。学級閉鎖をすることで一時的に流行は収まりますが、また別の学級が流行し、毎日のように発熱者が早退しています。全国的にもインフルエンザ患者が増加しているとのことで、しばらく注意が必要です。インフルエンザは、始めは平熱でも、1時間後には38～9℃台の高熱になります。熱がなくても、体調が優れない場合は、無理をせず休養してください。

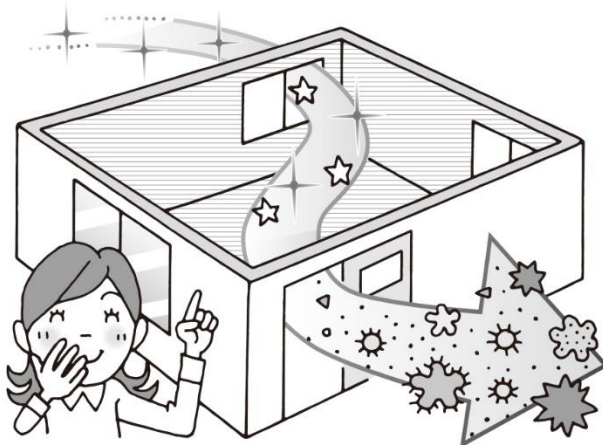
マスク持参のお願い

感染症対策のため、可能な方はマスクをランドセルに入れおいてください。状況に応じて、マスクの着用をお勧めすることがあります（着用の強制をすることはありません）。学習発表会も控えておりますので、感染症予防にご理解とご協力をお願いします。



換気のやり方

空気の「入口」と「出口」ができるように2カ所以上の窓を開けましょう。
また、部屋の対角線の窓を開けると空気の通り道ができて効果的です。



11月の保健行事

11月27日(水) 色覚検査(4年希望者)

結果は検査をした人全員に封筒に入れてお渡しします。御確認ください。

予告

12月4日(月) 脊柱側弯症検査(5年・対象者)

業者による検査です。欠席者は12月20日(水)に保護者同伴でたづくりにて受診となります。



キホンを確認!

手洗い

手のひら・つめ・親指のまわり・手の甲・指の間・手首を20秒以上かけて洗おう。



せきエチケット

せきやくしゃみをするときは、腕やハンカチで飛沫をガード。



体調確認

発熱やせき・鼻水などの症状があるときは無理せず休もう。

