

令和6年1月19日

右荏小学校 保健室



今年も、健康に過ごすことができますように！

新しい年が始まりました。引き続きどうぞよろしくお願いします。

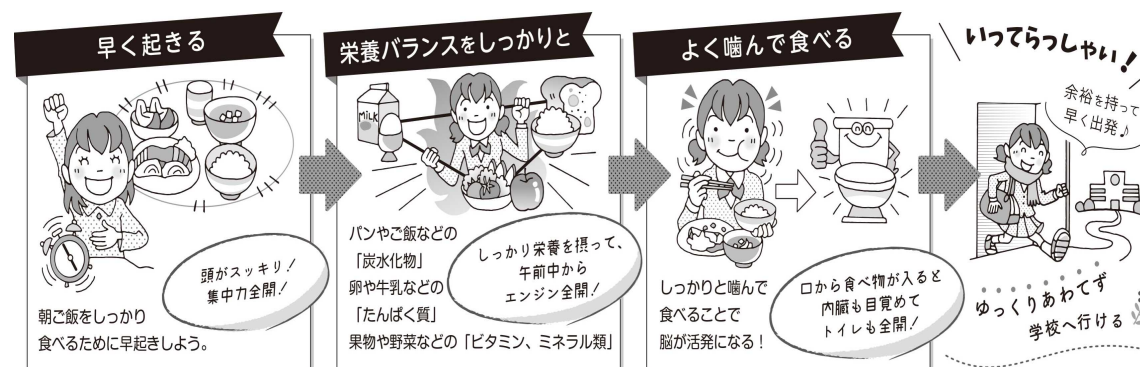
早速ですが本校において冬休み明けから、インフルエンザや新型コロナウイルスなど感染症の流行がみられています。学校におきまして、一層感染症対策に努めて参ります。お家の皆様にもご協力いただき、お子さんの体調が気になる場合は、無理をさせず、しっかり休養していただければと思います。

1月20日は「大寒」です。1年の中で最も寒い時期と言われています。今が冬本番です。寒さに負けない元気な体づくりにご協力をお願いします。

今年も保健室は、体と心の健康のお手伝いをしていきます！

朝食からはじまる、“元気”な一日 朝食は心身の一日のエネルギー源です！

※『早寝早起き朝ご飯』の良い習慣を3学期も引き続きご協力ください。



かぜ・インフルエンザ・新型コロナ等、引き続き 感染症予防にご協力をお願いします。



学校での感染症対策には手洗いが第一です。

手洗いのポイント

ドアノブ 手すり トイレの水洗レバー 蛇口 つけ革 便座 タッチパネル



さわった後は
石けんで手を洗い、
ウイルスを落としましょう



寒くても換気をしよう！

換気 をしないと…!

体調不良になりやすい

空気中の二酸化炭素の量が多くなると、頭痛や吐き気、息苦しさなどが現れることがあります。



感染症にかかりやすくなる

ウイルスが空気中に漂ったままになります。カゼなどの感染症を引き起こしやすくなります。



アレルギーを発症するかも

ホコリやダニ、カビなどがたまるので、吸い込んでアレルギーを発症する可能性があります。



換気のポイントは “空気の流れ”



「寒いから」と閉めきるのは×。こまめに新鮮な空気を取り込みましょう

よく
お願いします

お子さんの朝の様子を引き続きご確認ください

毎朝の体温チェックにご協力くださりありがとうございます。3学期も引き続きご協力をお願いします。

お子さんが次のような場合には無理をさせず、登校を控えるようにお願いします。(結果的に早く治すことができ、欠席日数も少なくて済みます。)

- ①朝、具合が悪い場合・・・熱がない場合でもいつもと様子が違う場合は、無理をさせずゆっくり休養させてください。
- ②前日に熱があった場合・・・翌日の体温は下がっていても体力は消耗しています。
- ③解熱剤を服用して一時的に体温が下がった状態の場合・・・回復を遅くしてしまうばかりでなく、他のお子さんにも感染させてしまう可能性があります。