



# げんき



よくかんで  
食べよう!



ほけんだより NO. 12

R3. 1. 6 川本南小学校保健室

## 新たな気持ちで心も体も元気にスタート!!

新しい年がスタートしました。みなさんのかなえたい目標は  
なんですか? みなさんが目標に向かって進むことができるよう  
体と心の健康を応援していきますので、よろしくお願いします。

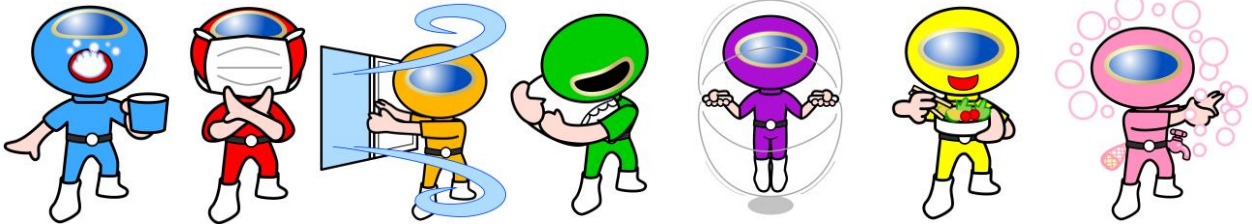


うがい・水分  
補給用に温かい  
お茶を入れた  
水筒を持って  
きましょう!

## 『感染症対策』続けていきましょう!

昨年度、川本南小ではインフルエンザが流行してしまい、学級閉鎖になったクラス  
がありました。今年度は、1クラスも学級閉鎖にならないことを願っています。

## なぜ予防のあいことば 『う・ま・く・き・た・え・て』



うがい ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦  
① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦  
いれかえ 正しい生活

## インフルエンザ!?

### 登校再開はいつになる?



★発症日翌日を「1日目」と数えます。

★発症から5日を経過しても、  
解熱してから2日を経過しなければ、登校は出来ません。

## 発症後5日+解熱後2日経過するまで

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			解熱 1日目	2日目				登校 OK		
発症後2日目に解熱した場合				解熱 1日目	2日目			登校 OK		
発症後3日目に解熱した場合					解熱 1日目	2日目		登校 OK		
発症後4日目に解熱した場合						解熱 1日目	2日目	登校 OK		
発症後5日目に解熱した場合							解熱 1日目	2日目	登校 OK	

出席停止期間は感染拡大防止のため、必ず、守ってください!

# 「**感染性胃腸炎**」にも気を付けて！



感染性胃腸炎は感染力がとても強い病気です。おう吐物や下痢便には大量のウイルスが含まれていますので、素手で触らないように、使い捨てゴム手袋をして（なければビニール袋やレジ袋を手にはめて）、マスクをして片付けます。塩素系消毒薬（台所用漂白剤）でしっかりと消毒をして、周りの人への感染をストップさせます。家族で、次から次へと感染してしまうこともめずらしくありませんので、いざというときにあわてないようにしておきましょう。

## 感染症予防対策を引き続きよろしくお願ひします！



### ① 朝の健康観察

引き続き、毎朝の検温、健康チェックをお願いします。健康観察カードは、毎朝保護者の方が確認をし、押印をお願いします。休日もお願ひします。

発熱や風邪症状が見られるときは、無理に登校せず、自宅で休養をお願いします。また、同居の家族に発熱等の症状がある場合にも休養をお願いします。また、お子さんが学校で急に具合が悪くなり、早退させたくても連絡が取れずに困ることがよくあります。

緊急連絡先が変更になったご家庭は必ず学級担任にお知らせください。



### ② 登校時の持ち物の確認

・ハンカチ、ティッシュ、水筒（水またはお茶）、マスクは必ず持たせてください。（予備のハンカチ、マスクをランドセルに入れておいてください。）

### ③ 換気について

学校では、部屋の温度に留意しながら、常時換気を行っています。厚手の下着を着るなど、体を冷やさないよう衣服の調節をお願いします。

### ④ 新型コロナウイルス感染症について

お子様や同居のご家族がPCR検査を受けられる場合には、必ず学校へ連絡いただけますようお願いいたします。また、PCR検査の結果が出るまでは、お子様の登校を控えるようにお願いします。

【埼玉県指定診療・検査医療機関検索システム】

発熱等がある場合に、新型コロナウイルス感染症とインフルエンザ両方の診療ができる医療機関の検索ができます。

<https://flu-search.pref.saitama.lg.jp/>

## 1月の保健行事予定

7日（木）	身体測定	1・2年
8日（金）	身体測定	3・4年
12日（火）	身体測定	5・6年・ことり学級



\* 身体測定では『冬にはやる病気』についての保健指導も行います。



