

ほけんだより

# すこやか



ほけんだより1月号  
犬山市立犬山北小学校  
R8.1.8

あたら いちはん 新しい一年がスタートしましたね。みなさんは、新年の目標を立てましたか。年のはじめにがんばることを決めて、それに向かって一年間一生けんめい努力してみましょう。一年間きっと心もからだも大きく成長できると思います。今からみなさんの活やくが楽しみです。



## きそく正しい生活リズムを取りもどしましょう

やす ちゅう せいかつ ひと お休み中にふきそくな生活をしてしまった、という人もいるのではないでしょうか。生活をとどめるえるカギは、「すいみん」です。まずは、早ね・早起きから始めてみましょう。



## かんせんしょう よぼう 感染症の予防につとめよう

### インフルエンザに注意しましょう

ふゆやす まえ 冬休み前には、インフルエンザの流行をとても心配しました。一人一人が予防を心がけていきましょう。



#### インフルエンザのしうじょう



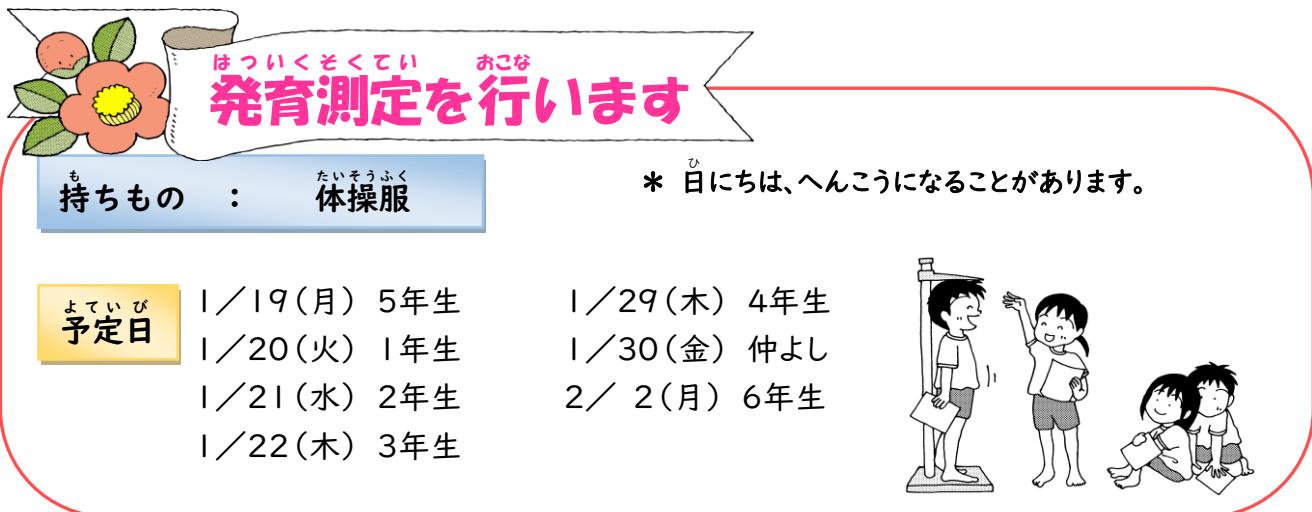
#### <とくちょう>

- ふつうのかぜよりも症状が強い。
- 38度以上の高い熱や頭痛、関節や筋肉の痛み。
- せきや鼻水といったかぜ症状もあらわれる。

### みんなでよぼうしましょう

できることはたくさんあるね！

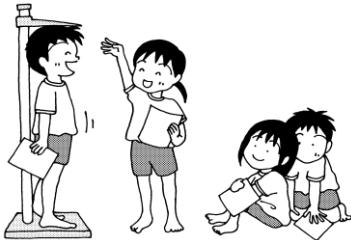




**予定日**

1/19(月) 5年生  
1/20(火) 1年生  
1/21(水) 2年生  
1/22(木) 3年生

1/29(木) 4年生  
1/30(金) 仲よし  
2/ 2(月) 6年生



## 保護者の皆様へ

### ◆冬に流行する「インフルエンザ」について

冬休み前には、本校でも罹患する児童が増え、とても心配しました。学校では、換気や手洗いなどの予防を行っていきます。ご家庭でも登校前に健康観察を行っていただき、いつもと様子がちがう場合は検温をして、大事をとってお休みするなどの対応をお願いいたします。

また、お子様に咽頭痛や咳、発熱等の症状が見られる場合は、医療機関にご相談いただく等の対応も合わせてお願いいたします。

冬休み前は、登校後に急に熱が上がってしまう子が多くいました。すみやかにお迎えにご協力いただくために、緊急連絡先に変更がある場合は、担任までご連絡ください。



### ◆インフルエンザの出席停止期間

#### 発症後 5 日を経過し、かつ、解熱後 2 日を経過するまで

※ 解熱日によって停止の期間がかわります。



状況	発症日	発症後 1日目	発症後 2日目	発症後 3日目	発症後 4日目	発症後 5日目	発症後 6日目	発症後 7日目	発症後 8日目
必ず登校停止期間									
Aさん	発症後、 1日目に解熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	発症後 4日目	発症後 5日目	登校可能	
Bさん	発症後、 2日目に解熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	発症後 5日目	登校可能	
Cさん	発症後、 3日目に解熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	登校可能	
Dさん	発症後、 4日目に解熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	登校可能
Eさん	発症後、 5日目に解熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目

◎ 停止報告書の提出は不要です。医療機関の指示を学校までご連絡ください。