

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



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。一年間で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

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のでしょうか。生活をととのえるカギは、「すいみん」です。まずは、早ね・早起きから始めてみましょう。



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



冬休み前には、インフルエンザの流行をと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ょうじょう



<とくちょう>

- ・ ふうふ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!





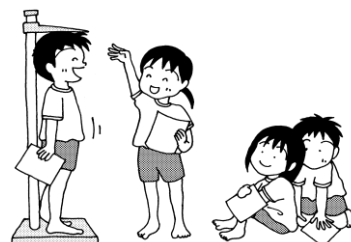
持ちもの : 体操服

* 日にちは、へんこうになることがあります。

よていび
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。すみやかな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変わります。

日にちの経過		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
状況		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	登校 可能

◎ 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。

