

# すこやか

ほけんだより 2月号  
犬山市立犬山北小学校  
R6.2.14

先日行った発育測定では、すくすくと大きく成長しているようすを知ることができ、とてもうれしく思いました。今回は、今の学年で行う最後の測定でした。次は、新しい学年に進級した4月に行います。



## 保護者の皆様へ

### ● 感染症について ●

市内小中学校で感染症が流行しています。本校でも、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症、溶連菌感染症などの感染症でお休みする児童が出ています。ご家庭でもお子様の体調管理を引き続きお願いいたします。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。

### ◆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

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

◎今年度より、停止報告書の提出が不要となっております。医療機関の指示を学校までご連絡ください。

### ●健康手帳について●

発育測定後に、順次健康手帳を返却します。下記のことをお願いいたします。

- 身長・体重のページをご覧ください。  
低学年：6ページ      高学年：4・5ページ
- 裏表紙内側の「保護者印」の3学期の枠に捺印またはサインをお願いします。
- 1・2・4・5年生の保護者様 → 健康手帳は、2月29日（木）までに学校へ返却をお願いいたします。（健康手帳は学校で保管いたします。）  
3・6年生の保護者様 → → → 学校への返却は不要です。お子様の成長の記録としてご家庭で保管していただけたら幸いです。



## 感染症の予防につとめよう

感染症予防は手洗い・かん気だけではない！

## 毎日の生活が大事です！！

感染症（うつる病気）が流行しています。病気に負けないからだづくりをしていきましょう。



### すいみんをとしましょう

しっかり寝ていないと、体調をくずす原因につながります。



### えいよう 栄養をとしましょう

体調をよくするためには、食事がだいじです。好き嫌いせず、バランスよく食べましょう。



### うんどう 運動をしましょう

病気にまけない体をつくるために適度な運動は大切です。動いて体力をつけましょう。



### ふく 服そうを考えましょう

体が冷えるとかぜをひきやすくなります。重ね着をしましょう。ぬぎ着のできる服そうがよいですね。



## せっけんを使った手洗い、していますか？

寒い日が続く、手洗い場の石けんのへりが少なくなってきました。ということは・・・しっかりと手をあらっている人がへっているのでは、と心配しています。

石けんを使って手をこすりましょう。そのあとの10秒間のすすぎは、ぐっとこらえて水であらいましょう。これも、自分のため、大切な家族や仲間を守るためです。がんばりましょう。

