

ほけんだより 12 がつごう月号

令和4年12月1日(木) 鳥飼東小ほけんしつ ☆おうちの方と一緒に読んでね☆

かんせんしょう よぼう 感染症を予防しよう

ことし ふゆ しんがた 今年の冬は、新型コロナウイルスだけでなく、インフルエンザもはやっています。

じぶん 自分がかかってつらい思いをしたり、だれかにうつしたりしてしまわないように、

がっこう ふゆやす あいだ かんせんよぼう 学校でも冬休みの間もしっかり感染予防にとりくみましょう！



ウイルスをからだに入れない

ウイルスに負けないからだづくり



マスクをする



てあらい・うがい



からだ あたた 体を温める



きゅうりく おお こえ 給食中は大きな声で おしゃべりしない



うんどう 運動する








ぐっすりねる



はいられへん

 て あり キレイに手を洗いましょう ✨ 

-  みづ 水で手をぬらして せっけん せっけんをつけます
-  せっけん せっけんをよく泡だてて 手のひら 手のひらをゴシゴシ
-  手のこ 手のこをゴシゴシ
-  ゆびのあいだ ゆびのあいだは手を組むようにゴシゴシ
-  おやゆび おやゆびをねじるように クルクル クルクル
-  つめのあいだ つめのあいだやゆびさきは 手のひら 手のひらでゴシゴシ
-  しあげ しあげに手くびをクルクル
-  みづ 水でしっかり洗いがします

ひがししょう せんせい 東小の先生たちに、
けんこう よぼう 健康・かぜ予防のため
にしていることを教えて
もらいました！
ほけんしつまえ けいじばん 保健室前の掲示板を
み 見てみてね。

1月の保健行事

1月中旬 二測定・保健指導(全学年)

保護者の方へ

あくまで基準ですので、
医師の指示があれば
そちらに従ってください

①感染症の待機期間(出席停止期間)について

- ・インフルエンザの待機期間・・・発症した後 5 日を経過し、かつ、解熱した後 2 日を経過するまで
- ・コロナ陽性の待機期間・・・発症日を 0 日目として 7 日間
- ・濃厚接触の待機期間・・・陽性者との最終接触日を 0 日目として 5 日間

※2 日目と 3 日目に抗原検査で陰性だった場合は、3 日目から解除となり登校可能です。

	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
インフルエンザ	発症			解熱			登校可		
コロナ陽性	発症	療養期間							登校可
コロナ濃厚接触	最終接触日	待機期間					登校可		
	最終接触日		検査(-)	検査(-)					
		待機期間		登校可					

②4・5 年食育 「食物アレルギーについて～アレルギーじゃない人は、関係ない?～」

11 月は、4 年生・5 年生への食育として、食物アレルギーについてお話ししました。食物アレルギーをもつ子には、「こんだてや原材料名を、自分でかくにんできるようにする」「体にしようじょうがでたら、あわてずに大人に伝える」ことを目標とし、自己管理能力を身につけてほしいことを伝えました。



周りの子には、「ちがうものも、いっしょに楽しく食べる」ことの大切さや、予防(安易に食べ物を交換しない)と対応(動かさない、すぐに大人を呼ぶ)について伝えました。また、給食で初発のアナフィラキシーが起きた他校の事例から、ある日突然食物アレルギーを起こすこともあることを確認し、自分事として考えられるようにお話ししました。保護者の方々にも、家に遊びに来た子どものおやつ等に気をつけていただけたらと思います。

今年もご協力いただきありがとうございました。健康でよいお年をお迎えください。