

ほけんだより



今月の保健目標

寒さに負けない

体をつくろう

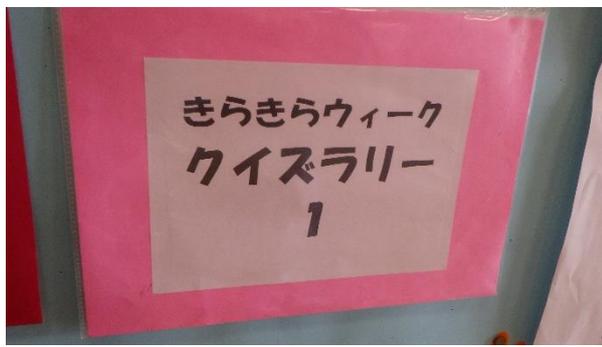
令和5年11月1日
清原東小学校 保健室

日中は暖かい日が続いていましたが、夕方暗くなるのも早くなり、朝晩は冷え込むようになりました。これからますます寒くなり、体調を崩しやすい季節になります。いつも以上に、規則正しい生活と手洗い、一人一人ができる感染症対策を心がけ、元気に冬を迎える準備をしましょう。



第2回きらきらウィーククイズラリーを開催しました

10月23日（月）から10月27日（金）の5日間、給食保健委員会の児童が作成したクイズラリーを開催しました。今回は36名参加しました。これからも規則正しい生活を意識しましょう。



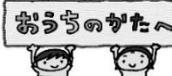
感染症にかかってしまったら…

下記の書類を学校にご提出ください。

- 手足口病や溶連菌の場合
→登園・登校届（保護者記入）
- インフルエンザの場合
→インフルエンザ経過報告書（医療機関・保護者記入）

- おたふくかぜやはしかの場合
→意見書（医療機関記入）

病名によって提出する書類が異なります。学校HPよりダウンロード、印刷をして、ご利用ください。



せきエチケットを心がけよう

感染症にかかっているとき、その疑いがあるときは、周りの人にうつさないため、せきエチケットを心がけましょう。

1. マスクをつける
2. ティッシュや服のそでで口をおさえる

栃木県内でも、インフルエンザ等の感染症が増加しています。体調不良時には、病院受診をご検討ください。

“飛まつ”が飛ぶきよりを 見てみよう

かぜやインフルエンザの原因となるウイルスをふくむ飛まつは、想像以上に遠くまで飛びます。

