

【お家の人と読んでください。】

SUKU²ほけんだよい

1月

こんげつ ほけんもくひょう
今月の保健目標

こまめに 換気しよう

2024年も、どうぞよろしくお願ひいたします。

元日からいろいろな事故や事件が起こっていて、すこし不安な年明けとなっていました。ですが、まずは自分にできることをコツコツとやっていくことが大切です。「辰年」にあやかって『ぐんぐん上って成長』できる年にしていきたいと思います。



寒さがきびしくなると...

冬の事故にご用心!

これからの時期は雪がふったり道路が凍ったりすることがあります。また、寒いとどうしても体が縮こまり、手袋を忘れてポケットに手を入れて登校している人がいるかもしれません。この『ポケットに手を入れる』ことは、とても危険です。転んだときに手が出ず、顔から転び歯が折れたりする大けがにつながる場合があるからです。

登校時の服装を見直し、暖かくして登校しましょう。また、室内ではアウターを脱いでも快適な服装で登校しましょうね。



あかぎれ・しもやけになる前に!!

指先が冷えたり、手を洗ってそのままにしたりしておくと、あっという間にあかぎれやしもやけになります。

一度なるとなかなか治りにくいものなので、ならないように日ごろから気を付けていきましょう。

予防のポイントは『すぐふく』&『保湿』です。

手洗いのあとは、すぐに清潔なハンカチでキレイにふきましょう。また、お風呂上りや寝る前には、ハンドクリームで保湿することをおすすめします。



まだまだ...

感染症に気をつけて。

本校でも、12月上旬にインフルエンザがいきなり増えました。今は少し落ち着いていますが、これからの時期もまだまだ安心できません。インフルAやコロナに加え、インフルBやノロウイルスなども出てきます。

予防には手洗い・うがい、そしてしっかり休養することが大切です!引き続き気を付けていきましょう。

登校再開日・早見表

	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月
新型コロナウイルス	感染経路不明	感染経路不明	感染経路不明	感染経路不明	感染経路不明	感染経路不明	感染経路不明	感染経路不明	感染経路不明	感染経路不明	感染経路不明	感染経路不明
インフルエンザ	感染経路不明	感染経路不明	感染経路不明	感染経路不明	感染経路不明	感染経路不明	感染経路不明	感染経路不明	感染経路不明	感染経路不明	感染経路不明	感染経路不明

※ 感染経路不明は、発症日を0日目として5日を経過するまで

※ 感染経路不明は、発症日を0日目として5日を経過するまで

※ 感染経路不明は、発症日を0日目として5日を経過するまで