

1月 ほげんだより

げんきです！

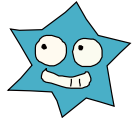
平成26年1月 ノートルダム学院小学校 保健室 松田直子

あ 明けましておめでとうございます。冬休みは、元気に楽しく過ごせましたか？
あたら 新し しい年がスタートし、1年の目標を立てた人も多いのではないのでしょうか。
ねん いちいちいちにち つ かさ もくひょう む 1年は一日一日の積み重ねです。目標に向かって努力するとともに、心も体
けんこう に 1年を過ごせますように。

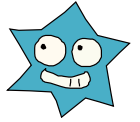
ちゅうい

かせ・インフルエンザにご注意!!

インフルエンザの流行する季節がやってきました。予防には、手洗い・うがいはもちろん、食事、運動、睡眠などの生活リズムを整えて、身体の抵抗力を高めることも大切です。自分でできる予防は、しっかりとやりましょう。



あたがい、うつさない・うつされないために…

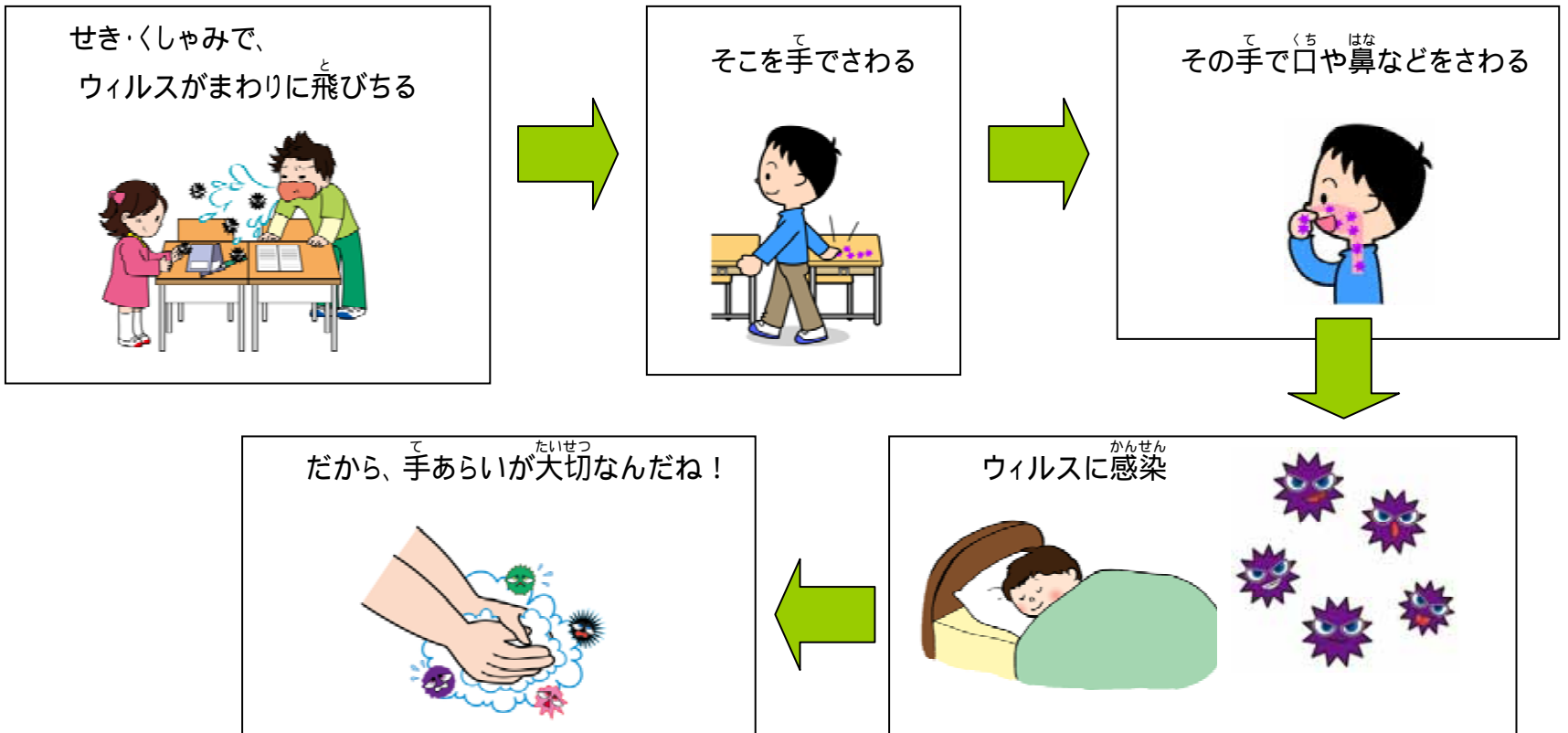
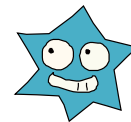


集団生活での学校では、たくさんのルールやマナーがあります。

『手洗い・うがい・マスク・せきエチケット』は自分のためだけではなく、家族や友達をはじめ、いっしょに生活している人たちのためでもあります。朝から体調が悪いときには、無理をせず、ゆっくりと休みましょう。無理に登校することで、自分の病状をさらに悪くし、まわりの人に感染を拡げてしまうこともあります。
一人ひとりが意識をもつことで、感染拡大の防止になります。



て 手あらいが大切なワケ



もしも、インフルエンザにかかったら…



- * インフルエンザと診断された場合は、学校に知らせましょう。
- * 感染力が強いため、かかった人は登校してはいけません。出席停止期間は「発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日間を経過するまで」です。（発症した日、解熱した日は0日と考えます。）学校生活のしおり14ページ掲載
- * 登校初日の朝、「登校許可書」を担任に提出しましょう。