

すこやか

南原小学校
保健だより
令和5年10月31日
NO. 6

11月ほけんもくひょう

しせい ただ
姿勢を正しくしよう

インフルエンザに

ようちゅうい
要注意!! 



て 手洗い

て 手のひら・つめ・親指のまわり・
て 手のこう・指の間・手首をよ
くゴシゴシ!! 20秒以上か
けてあらえるといいですね!



せきエチケット

せきやくしゃみをするときは、
うで 腕やハンカチで飛沫をガード!
たいちよう わる 体調が悪いときはマスクをつ
けるのもいいですね!



たいちようかくにん 体調確認

はつねつ はなみず しょうじょう
発熱やせき・鼻水などの症 状
があるときは早めに病院を
じゆしん がっこう 受診しましょう。学校は無理を
しないでお休みしましょう。



室内のウイルス対策

2つのかん

こまめにしよう!
かんき



閉め切った部屋ではウイルス
が空气中にただようので、とき
どき窓を開けて外へ追い出そう。

気をつけよう!
かんそう



空気が乾燥しているとウイル
スが広がりやすくなります。乾
燥を防ぐために加湿器の活用を。

手洗いは ココに注意!



- 注意して洗おう
- 少し念入りに洗おう
- かなりがんばって洗おう



保護者の方へ

インフルエンザや新型コロナウイルスにかかってしまったとき

ち ゆしょうめいしよ 治療証明書はどうしたらいいの?

げんざい はくごしゃの ほう が記入する
「登園・登校届」という書類を
ていしゅつ 提出していただいています。療養
後学校に登校した際に配付させて
いただきますので、記入し提出を
お願ひします。

なんにちかんりようよう 何日間療養すればいいの?

きほんてき 基本的には医師の指示に従い、
指示された日数療養してください。
(インフルエンザも新型コロナウイルスも同様) 学校では指示さ
れた期間、お子様の出席停止
しあつかい 扱いとさせていただきます。

きょうだい かぞく ようせい 兄弟や家族が陽性になったら?

かぞくに 陽性の方がいても、お
子様自身に発熱がなく、元気であ
れば登校していただいて構いませ
ん。体調が優れない場合は早めの
びょういんじゆしん 病院受診をお勧めします。

