

すこやか

南原小学校
保健だより
令和6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・うがい

て
手洗いは、手のひら・つめ・
おやゆび
親指のまわり・手のこう・指の
あいだ てくび
間・手首をよーくゴシゴシ!!
びょういじょう
20秒以上かけてあらおう!



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
発熱やせき・はなみず
鼻水などのしょうじょう
症状
があるときは早めに病院を
びょういん
受診しましょう。学校は無理を
じゆん
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
が空気中にただよるので、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!

手の甲

手のひら

- ☐ 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 ほごしや かた きんごう
現在は保護者の方が記入する
「登園・登校届」という書類を
ていしゆつ
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 いし しじ しなが
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。(新型コロナウイルスも同様で
す)学校では指示された期間、お子
様の出欠を出席停止扱いにさせ
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?**

かぞくない ようせい かた
家族内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
びょういんじゆん
病院受診をお勧めします。

