

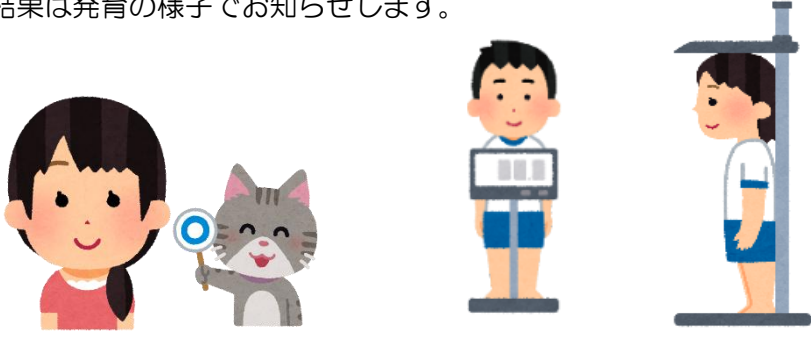
ほけんだより 1月

R7年1月8日
つくばみらい市立
富士見ヶ丘小学校

新しい年が始まりました。元気に冬休みを過ごせましたか？まだまだ寒い日が続きます。生活リズムを取り戻し、寒さに負けない体を作りましょう。また、手洗いや換気などの感染症対策も忘れずに行いましょう。

1月の保健行事

身体測定を行います！

実施日	学年	注意事項
1/14 (火)	6年生	<ul style="list-style-type: none"> 服装は体操服（半袖・半ズボン）です。 髪の毛を結ぶ場合は、下の方で結ぶようにしてください。 結果は発育の様子でお知らせします。 
1/15 (水)	5年生	
1/16 (木)	3年生	
1/17 (金)	1年生	
1/20 (月)	2年生	
1/21 (火)	4年生	

保護者の方へ

○体調不良時の欠席について

健康観察アプリLEBERに体温と風邪症状（咳や腹痛等）病院受診結果の入力をお願いいたします。インフルエンザで欠席の場合は、A型かB型か、また解熱した場合には、解熱日の入力をお願いいたします。また、8時以降、入力内容に変更があった場合は、お電話でご連絡ください。

インフルエンザ!?

登校再開はいつになる?



原則 発症後、5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで出席停止です。



発熱期間	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
2日間	発熱中	発熱中	解熱	登校可能	登校可能	登校可能	登校可能	登校可能
3日間	発熱中	発熱中	発熱中	解熱	登校可能	登校可能	登校可能	登校可能
4日間	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	解熱	登校可能	登校可能	登校可能
5日間	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	解熱	登校可能	登校可能

※1 発症日翌日を1日目と数えます。

※2 発症から5日を経過しても、解熱してから2日を経過しなければ登校はできません。

※3 表中の「発熱期間」の最後の日に解熱したとします。

ふゆ かんそう ちゅうい 冬の乾燥に注意！

湿度が下がる冬は、からだの中にある粘膜が乾燥し、ウイルスなどをつかまえて体の外に出す線毛という部分の働きが弱まります。すると、ウイルスなどをつかまえにくくなり、感染症にかかりやすくなります。

冬でも水筒を忘れないようにして、こまめな水分補給を行い、ウイルスに負けない体をつくっていきましょう。

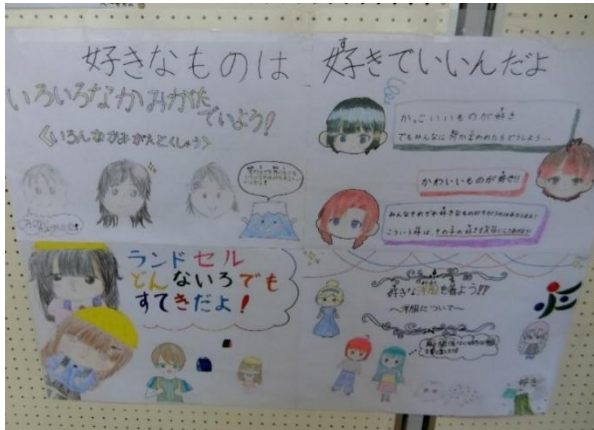


すいぶん
水分ほきゅうを
わす
忘れずに！



かしたき つか
加湿器を使って！

人権週間を行いました



保健委員会では、12月に行われた「思いやり集会」で、ランドセルの色や髪型、服装について自分や友達が好きなのを大切にすることを呼びかけるポスターを作成しました。

昇降口前に掲示してあるのでぜひ見てみてください。

6年生 薬物乱用防止教室を行いました



がっこうやくざいし みぞぐち あやこせんせい しょうかい
学校薬剤師 溝口 綾子先生のご紹介

もりやけいゆうびょういんやつきょうちやう いがくほくし かんせんせいぎょうせんもんやくざいし かんせんしょうたいさく せんもんい ほんこう
守谷慶友病院薬局 長、医学博士、感染制御専門薬剤師であり感染症対策の専門医として、本校でも感染症対策のご指導をいただいています。



12月18日（水）に、薬物乱用防止教室を行いました。医薬品の正しい飲み方について、体には、病気やけがを自分で治す力があることも学びました。また、元気な心と体をつくるには、笑って免疫を活性化することも大切だと知ることができました。薬物については、薬物で脳が傷つくことで起こる体への影響と、親しい友人が薬物を渡してきたときに断り方について、学年の教員が劇を行い学びました。