



ほけんだより

平成 30 年 2 月 14 日

豊田北部小学校

保健室

寒い日が続いています。お子さんの健康状態はいかがでしょう。豊田北部小では、インフルエンザが流行し、学級閉鎖をしたクラスもあります。今後も、欠席が増えていくことが心配されます。引き続き、かぜ予防をして、お子さんの健康管理をお願いします。

3学期の保健目標「かぜ・インフルエンザの予防をしよう」

この時期は様々な感染症の流行が起こりやすく、注意が必要です。できるだけ、人ごみや長い時間密閉された所、たくさんの方が集まる場所へは行かないようにしましょう。

『うがい・手洗い・マスク』は、「感染症予防の3本柱」です。引き続き、御家庭でも忘れずに実施してください。

今日の健康の日では、『健康チェックカードの評価』を行いました。かぜ予防のための体づくりは、規則正しい生活習慣が大切です。お子さんと一緒に日頃の生活を振り返ってみてください。

また、登校前の健康観察で、食欲が無かったり、具合が悪かったりした場合は無理して登校させず、御家庭での経過観察をお願いいたします。一人一人が「移らない・移さない」を心掛けましょう！



医師から出席停止の指示が出た場合は、学校に連絡をしてから必要な用紙を取りに来てください。

保健室からのおしらせ

お願い

豊田北部小ではインフルエンザ・感染性胃腸炎等の感染症予防のため、マスクを着用していただく場合があります。御協力お願いいたします。

いつでも使用できるように、使い捨てマスクを2枚程度ランドセルに入れて、持たせてください。



かぜの予防・・・これだけはやろう！

- 1 石けんを使っての手洗い、うがい、こまめに水分をとる。
- 2 夜は早めに部屋の電気を消して寝る。
- 3 人ごみへの外出を控える。
人が集まるところにウイルスがまん延しているので、不必要な外出は控えましょう。
- 4 マスクを着用し、感染防止に努める。
インフルエンザのような症状（発熱、関節痛、咳など）がある場合、早めにマスクを着用することで、他の人への広がりを防ぐ予防効果は高いとされています。
- 5 下着を着て、気温や体調に合わせて上着で調節する。
下着は汗を吸う、保温をするなどの働きがあります。
- 6 部屋の加湿や換気を心掛ける。
暖房を付けた時には、乾燥に気をつけましょう。

学校からのお願い

- 登校前に、家庭での健康観察をお願いします。熱が37度以上ある場合は、無理をして登校せず、家庭でゆっくり休ませてください。
- 欠席・遅刻の場合は、朝のうちに必ず連絡してください。
- インフルエンザと診断された場合は、電話（32-3857）で学校に御連絡ください。
また、お子さんの様子がいつもと様子が違うようであれば、体温を測ってください。インフルエンザにかかった場合、急な発熱が予想されます。学校で急に体温が上がったら、迎えに来ていただきますので、昼間に連絡が取れるところを明確にしておいてください。連絡先が変わった場合は、必ず担任へお知らせください。



かかりつけ医より、「出席停止」の指示が出た後に、学校に登校する時は、「登校許可証明書」が必要になります。停止期間は、発症した後5日（熱が出た日は0日目です。熱が出た翌日から5日間）を経過し、かつ解熱した後2日経過するまでです。集団感染の予防という面で大切なことですので、御家庭での御協力をお願いいたします。

インフルエンザにかかったら、学校へ電話にて御連絡いただき、事務室へ「出席停止通知書」を取りに来ていただくことになります。兄弟姉妹が登校していれば、兄弟姉妹に預けさせていただきます。御協力をお願いします。