

げんきだよ！



12月 かぜやインフルエンザを予防しよう！



今年も残すところあと少しとなりました。今年、新型コロナウイルスの影響で変わってしまったこと、がまんしないといけないこともたくさんあったと思います。毎朝の検温・マスク・手洗いなど、みんな本当によくがんばりました。いつかきっと、「あのときは大変だったよね」「いっぱいがんばったね」と話せる日が来ると思います。その時が来るまでは、いっしょにがんばっていきましょう。

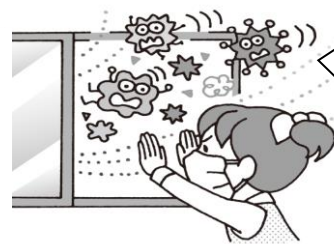


さお
寒くても
つづけよう！

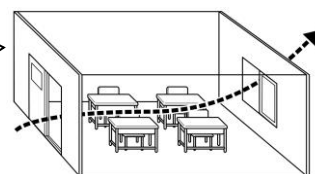
て あ ら い か ん き

「水が冷たいから、手はあらわなくてもいいや〜」「寒いから、まどは開けない〜」となっている子はいませんか？
新型コロナウイルスはもちろん、寒くなってくるいろいろな感染症が流行ってきます。これからも、家でも学校でも感染症予防を続けていきましょう！

せっ
石けんを30秒かけて
こまめにあらおう！



エアコンやストーブを
つか
使っているの、まど
が閉まったままになっ
ていませんか？



たいかくせんじょう
対角線上のまどを
あ
開けると効果的！

あつた後は、きれいな
ハンカチでふく！
まいにちも
毎日、持って来ていますか？

しわす わす 師走のし忘れ ありませんか？



12月を「師走」とも言います。「お坊さんが一番忙しいとき」「先生が慌ただしくするから」など諸説ありますが、1年の最後で師が走り回るほどの忙しさからついた別名です。みんなも年末の忙しさで忘れていないことありませんか？



朝ごはん

時間がなくて食べて
いない…という人は、
30分早く起きてみま
しょう

メディア

ゲームやスマホに夢
中で時間を忘れてい
ませんか？ 決めた
時間を守りましょう

手洗い

外から帰ったとき、
トイレのあと、食事
の前などは、忘れず
手を洗いましょう

病院受診

健康診断で気になる
ことがあった人は、
今年のうちを受診す
るのも忘れずに

☆むし歯の治療☆

ただいま
味の子のむし歯の数
70本！

80人中44人の子がむし
歯の治療が終わりました。

☆視力検査結果☆

B以下だった人に、検査結果
の用紙を配布しました。

歯科・眼科を受診した人は、
結果の用紙を持ってきてく
ださいね。

お家の方へ

○ 感染症について

毎朝の検温・健康状態のチェックありがとうございます。これから寒くなり、様々な感染症が流行る時期になります。体調が悪く「いつもと違う」と感じた時には、無理をせず、早めの休養をお願いします。発熱等の症状により、病院を受診する際は、裏面の「相談・受診の新たな流れ」をご確認ください。また、受診された場合は、学校までご連絡をお願いします。

○ すくすくデーについて

今月は、「お家で体重測定」です。12月4日(金)に健康の記録を持ち帰りますので、お家で体重を測り、記入してください。また、2学期の保護者印欄に押印をして学校におもどし下さい。

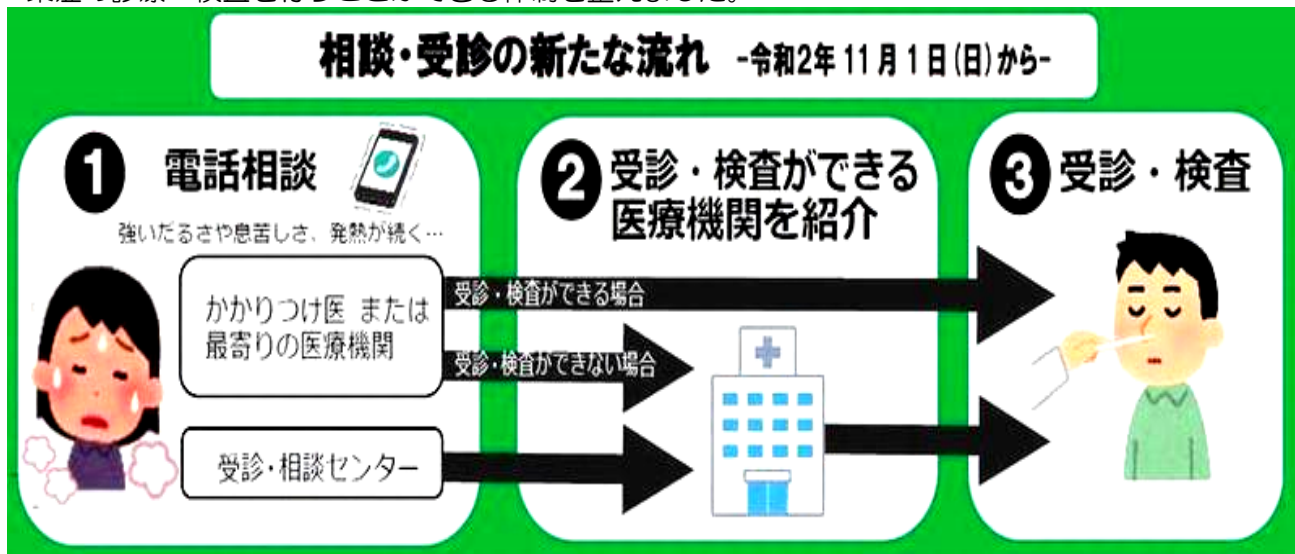
ウラもお読みください。



新型コロナウイルス「受診・相談センター」

福井県 HP より

県では、インフルエンザの流行に備え、かかりつけ医等の身近な医療機関で新型コロナウイルス感染症の診療・検査を行うことができる体制を整えました。



「受診・相談センター」(旧「帰国者・接触者相談総合センター」)について

- 対応時間 7時から21時(土日・祝日を含む) ※時間外は、携帯電話番号が案内される
- 電話番号 0776-20-0795

相談・受診の目安

高齢者 持病がある人 妊婦	2日	37.5度以上の発熱	比較的軽い風邪症状	変更に後	すぐに
糖尿病 心不全 呼吸器疾患	4日			続くとき 4日以上は必ず	すぐに
上記以外の人 子ども	4日				
強い症状がある人	すぐに	強いだるさ 息苦しさ	強いだるさ 息苦しさ 高熱	すぐに	すぐに

医療機関にかかる時のお願い

○複数の医療機関を受診することにより感染を拡大した例がありますので、複数の医療機関を受診することはお控えください。

○医療機関を受診する際には、マスクを着用するほか、手洗いや咳エチケット(咳やくしゃみをする際に、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖・肘の内側などを使って、口や鼻をおさえる)の徹底をお願いします。

冬休み中も、感染症にご注意!

インフルエンザ



インフルエンザの出席停止期間は?

「発症日を0日とし、5日を経過するまで。かつ、解熱後2日を経過するまで」となっています。

インフルエンザという診断が出た場合は、お医者さんに何日から登校しても良いか確認をしてください。そして、学校までご連絡をお願いします。後日保護者の方に記入していただく用紙をお渡しします。

ノロウイルス

症状

感染後、24~48時間で、下痢・吐き気・嘔吐・腹痛・発熱などの症状が出る。通常3日以内に回復するが、ウイルスは感染してから1週間程度ふん便中に排泄され続ける。



予防方法

- ・加熱が必要な食品は十分に加熱する。
- ・石鹸と流水でしっかり手洗いをする。(調理前・食事前・トイレの後など)
- ・下痢や嘔吐物の処理をするときには、換気・手袋やマスク着用・処理後の手洗いなどに気をつける。

消毒

- ・便や嘔吐物などによって汚染された場所を消毒する時は、0.1%の次亜鉛素酸ナトリウム(塩素系漂白剤の薄め液)を使用する。(※0.1%→500ミリリットルのペットボトルに水を入れ、キャップ2杯の漂白剤を入れる。)
- ・ドアノブや手すりなどよく手をふれる場所は、0.02%の次亜鉛素酸ナトリウム(塩素系漂白剤の薄め液)で消毒する。(0.02%→1000ミリリットルのペットボトルに水を入れ、キャップ1杯の漂白剤を入れる。)