

# ほけんだより



平成31年1月9日  
碓東小学校 保健室

おうちの人と読みましょう

## インフルエンザ・胃腸炎にご用心



冬休みは元気に過ごせましたか？

食べ過ぎたり、夜ふかしをしたりして、ぐあいが悪い人はいませんか？

冬は、インフルエンザや胃腸炎にかかり、体調の悪い人が多くなる時です。

早く寝る・温かいものを食べるなどに気を付け、免疫力を高めましょう。

もちろん、うがい・手洗い・換気も大事です。



### 発育測定

9日(水) 1・4年生  
10日(木) 3・6年生  
11日(金) 2・5年生

☆**体操着の半袖・ハーフパンツ、裸足で行います。**

測定が終了しましたら、結果を健康連絡簿でお知らせします。

### 歯科指導

31日(木) 2・5・6年生

### ☆持ち物

歯ブラシ、手鏡、コップ、タオル、洗濯バサミ(2個)

空の牛乳パック1個 500ミリリットルまたは

1リットル(高さを半分に切ってください)

## ◇◆ おうちの方へのお願い ◇◆

感染症が流行し始めましたので、登校前の健康観察をお願いします。熱が無くても不調の訴えがある場合は、登校後に発熱するケースが多いので、無理な登校は控えてください。

学校で児童が体調不良を訴えた場合は、様子を見て早めに早退の連絡をさせていただきます。また、今後の流行の様子によっては、朝の検温をご家庭でお願いしますので、ご理解の上、ご協力ください。

— インフルエンザの出席停止期間の基準 —

**発症後最低5日間 かつ 解熱後2日を経過するまで**

「登校許可証明書」をお渡ししますので、医師に書いていただき、治って登校する日に、必ず学校へ提出してください。

インフルエンザは  
出席停止です。

