

ほけんだより 12月

令和5年12月14日
 横浜市立山田小学校
 校長 藤原 明美
 養護教諭 末吉 美穂

かぜやインフルエンザを^{よぼう}予防しよう！

12月になり、空気がずいぶんと冷たくなり、乾そうしてきました。かぜやインフルエンザ、ノロウイルスなどの感染症が流行りだす季節です。冬休みもすぐそこまで来ています。これから、年末年始にかけて、病気になるまいよう、毎日きちんと手洗いをし、バランスのよい食事や運動、きそく正しい生活(早寝！早起き！朝ごはん！)を心がけましょう。

インフルエンザはこうしてうつります

ひまつがんせん
飛沫感染

よぼう
予防するには

せつしよくがんせん
接触感染

よぼう
予防するには



せきやくしゃみでとびちった飛沫を吸い込む。

マスクや咳エチケット。うつさないことも大事。

ウイルスのついた物を触った手から口や鼻に入る。

手をよく洗ったり、アルコールで手や指を消毒。

冬休みもけんこうに過ごそう！

ふ きそくな生活リズムにならないように！



や りすぎ、見すぎに注意！ゲームやテレビ



ゆ だんせずお休み中もかぜ予防を



す ききらいなくして栄養バランスよく

み がこう！歯1本1本をていねいに



保護者の方へ

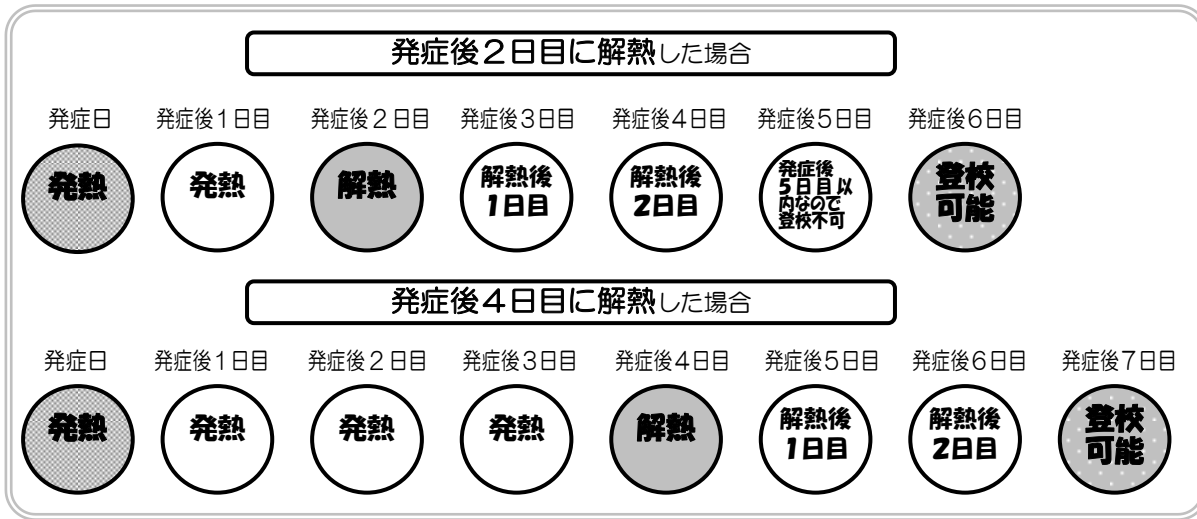
山田小学校では 12 月に入ってからインフルエンザや新型コロナウイルスの報告が数件ありました。また、アデノウイルスが原因とされる「プール熱」や「はやり目」の報告も数件あります。これから3月までの間にかけて流行のおそれがあります。予防の基本は正しい手洗いを習慣にすることです。もし、咳や熱などの症状がでてしまったら、咳エチケットを守り早めに受診してください。

インフルエンザの出席停止期間について

熱が下がってからも、数日間は人にうつす可能性があります。

「解熱後2日かつ、発症後(発症日は含みません)5日が経過していること」

となっています。感染拡大を防ぐため、かならず守っていただきますようお願いいたします。



感染症流行時期のお願い

○前日の夜や登校前に、明らかに熱があったり、嘔吐をしたりしたとき、気分が悪くて朝食が食べられないとき、数回にわたり下痢をしているときなどは、決して無理に登校させず、十分に休養させるようご配慮をお願いします。

○朝は元気でも、学校で急に発熱したり、嘔吐したりすることもあります。お出かけ、お勤めの際は、必ず連絡が取れるようにしておいてください。

○発熱で学校を休ませる場合は必ず体温をお知らせください。(流行時の学級閉鎖等の判断の参考とします。)

学校感染症と診断されたときは、流行を防ぐため、出席停止となります。診察を受けたお医者さんの指示にしたがって感染のおそれがなくなってから登校してください。健康手帳の一番うしろのページにこのように保護者の方が記入をして、担任に提出してください。

がくねん 学年	びょう 病 名	ちりょうきかん 治療期間 (出席期間)	しじじこ 指示された事項 医療機関名	サインまたは印	
				ほごしゅ 保護者	がくこ 学校
1	インフルエンザ	H××年×月×日 ～ ×月×日	やまた病院	山	
		年 月 日 ～ 月 日			