

ほけんだより 2月

北文間小
保健室
H29.2.6

2月に入りました。暖かい日もありましたが、まだまだ寒い日や風の強い日が続いています。全国的にも龍ヶ崎でもインフルエンザが流行しています。北文間小では、しばらくインフルエンザは出ていませんが、体調をくずす人が多くなってきましたので、注意は必要です。かぜ・インフルエンザなどの病気にかからないように、うがい、手洗いをしっかりしましょう。



2月の保健安全目標

冬のけがに気をつけよう

(外で元気に遊ぶ) (ポケットに手を入れない)

安全な避難の仕方を身につけよう (いかのおすし)

① いかない ② のらない ③ おおごえをだす ④ すぐにげる ⑤ しらせる



かぜ予防調べを行いました 保健給食委員会

1月16日から2週間、保健給食委員会では、かぜ予防のため、うがい・手洗い・ハンカチ調べを行いました。かぜ予防調べを行っていくうちに、冷たい水でも、がんばって手を洗う人が多くなりました。ハンカチを持っている人は手をよく洗っているようです。きれいなハンカチを毎日、用意してください。

2月3日には、保健給食委員会から各クラスでよくできた人に賞状を渡しました。低学年は全員でしたが、34人が賞状をもらいました。その後、保健給食委員会の人が、うがい、手洗い等のかぜの予防を呼びかけました。



インフルエンザについて

保護者の方へ

今年は昨年よりインフルエンザの流行が早く、龍ヶ崎保健所管内(龍ヶ崎・取手・守谷・牛久・稲敷等)のインフルエンザ流行指数は53になりました。これは、茨城県全体のインフルエンザ警報31をかなり超え、県で一番多くなっています。

先週末、龍ヶ崎の幼保小中校生でインフルエンザにかかっている人は、204名、学級閉鎖は8学級になっています。茨城県全体では、5768人、学級閉鎖は200学級になっています。北文間小では、しばらく出ていませんが、近くの学校でも流行しているので、運動や習い事等で接触する人は特に注意してください。

学校では引き続き、うがい、手洗いの指導を行っていきますが、お家の方でも声をかけてください。うがいや飲むためのお茶の用意をお願いします。学校で熱が出たり、具合が悪くなったりした場合は早めに連絡しますので、お迎えの方をよろしくお祈りします。連絡先に変更があった場合は、担任までお知らせください。

全国的にも流行していますので、不要な外出は避け、マスクを使用し、お子さんの健康状態を見ながら、無理をさせないようにお願いします。



咳、くしゃみがでたらマスクをつける

マスクがないときはティッシュで鼻と口をおおう



咳やくしゃみをした時、鼻をかんだあとはすぐに手を洗う



使ったティッシュはフタ付きのゴミ箱に

ウイルスが狙っているよ!



インフルエンザの出席停止

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。熱が出た日を0日とし、最低5日間です。医師の指示を守り、休養してください。連絡は、診断されたらすぐをお願いします。その際、発熱日、病院名、A型かB型かお知らせください。登校日を確認します。学校からお渡しします登校届は、治った後に提出してください。

スクールカウンセラー相談日

2月27日(月) 13:30~

スクールカウンセラーの青山先生との相談を受付けております。児童、保護者の方のどちらも相談できます。詳しくは保健室杉山までご連絡ください。