

ほけんだより

茨木市立畑田小学校
2017年2月6日



きさらぎ
2月(如月)ですね



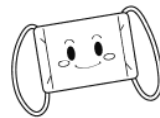
「如月」は少しずつ春に近づいていますが、まだまだ寒い日が続く、衣類を更に着ることから「衣更着」という説もあります。じょうずに重ね着をして、寒さ対策をしましょう。今年は正面玄関横の紅白梅の開花が早く、ほのかな甘い香りが漂い始めています。五感で春の兆しを探してみるのもいいですね。

インフルエンザのようす



1月下旬から茨木市内の小・中学校でインフルエンザの罹患者が増え、学級(学年)閉鎖をする学校が増えてきました。本校でもインフルエンザの罹患者や体調不良で早退するお子様が増えています。手洗い・うがい・換気をいつもよりていねいに行い、インフルエンザの蔓延予防に努めていきたいと思ひます。ご家庭におかれましてもお子様の健康管理をよろしくお祈ひします。

- ① 手洗い、うがいをする。(ポケットにハンカチは入っていますか?)
- ② マスクをする。
- ③ 日ごろから栄養や睡眠を十分とって、抵抗力をアップさせておく。
- ④ 適度な温度と湿度を保つ。
- ⑤ 体調に合った服装をする。(肌着を着る。首・手首・足首の3つの首を冷やさない。)
※インフルエンザウイルスは「乾燥」と「低温」に強いといわれています。のどや鼻の粘膜が乾燥すると異物(ウイルス)を排除する働きが弱まってしまう。
マスク着用や水分補給(水筒持参)をお願いします。



せきエチケットを守りましょう!!

1. せきやくしゃみが出る時は、マスクをつけましょう。



病院へ行く時もマスクをつけて行きましょう!

2. マスクがないときは、ハンカチなどで鼻と口をおおひましょう。



何もない時はうでで鼻と口をおおひましょう!

3. 鼻をかんだティッシュはすぐにゴミ箱にすてましょう。



4. せきやくしゃみのしぶきが手についたら、すぐに手をあらひましょう。



手洗いはインフルエンザ・かぜ予防の基本です

<おねがい>

朝の健康観察をお願いします。発熱など体調が悪い時は、登校を見合わせ、医療機関に受診してください。なお、インフルエンザは出席停止になりますので、学校までご連絡ください。登校届をお渡しします。(学級閉鎖中もインフルエンザと診断された場合は、ご連絡をお願いします。)

お子様が体調不良で早退する場合やけがで医療機関に受診する場合、必ず連絡させていただきます。勤務先及び緊急時の連絡先の変更があった場合は、フルタイム・パートにかかわらず、すぐに学級担任まで連絡をお願いします。



そろそろ花粉症の季節です。毎年症状の重いお子様は、早めに医師に相談しましょう。