

# 12月 ほけんだより

NO. 9

令和4年12月1日

園部小保健室

紅葉の時期も終わりに近づき、冬の気配を感じる季節となってきました。寒くなるこれからの時期は特に、日頃からの体調管理にご配慮いただくようお願いいたします。

## 《今月の保健安全目標》

- 保健 「新型コロナウイルス感染拡大を防止するため、3密（密閉・密集・密接）を避け、うがい・手洗い・咳エチケットを徹底しよう。」  
「寒さに負けないからだを作ろう」
- 安全 「ストーブを安全に使おう」



## 《今月の保健安全行事》

8日（木）持久走記録会 ※雨天時は9日（金）に延期

## ◆気をつけて！ 下校時の安全

日没が早くなるこの時期は、お子さんの下校時や下校後の安全が特に心配されます。

ご家庭でも、交通事故の防止や不審者による被害防止について、お子さんと次のことを確認していただきますようお願いいたします。

- ◎通学路を通り、寄り道をせずまっすぐ下校する。
- ◎道を渡るときは、とび出しをせず、安全を確認してから渡る。
- ◎自転車はヘルメットをかぶり、交通ルールを守って乗る。
- ◎反射材や防犯ブザーを身につける。  
※防犯ブザーは、きちんと鳴るか確認しておく。
- ◎不審者に声をかけられそうになったら、すぐに逃げる。  
※「いかのおすし」を守る。
- ◎放課後は、暗くなる前に帰宅する。  
※「そのべの子のきまり」を守る



## 流行期に入ります！冬の感染症

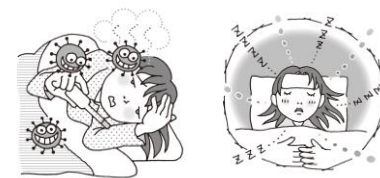
先月から新型コロナウイルス感染症の流行が「第8波」に入ったと報じられています。また、今年はインフルエンザの同時流行も懸念されており、集団感染を防ぐ観点から、お子さん本人または同居する家族の方に発熱やかぜ症状が見られる場合は、登校を控えていただくよう改めてお願いいたします。

### ◆インフルエンザにかかったときは？

インフルエンザにかかった場合は出席停止となります。

出席停止期間は、「発症日（発熱などの症状が出始めた日）から5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで」と定められています。（下図参照）

早く解熱した場合でも、体内にウイルスが残っている場合があるため、この期間内はご家庭で安静にするようお願いいたします。



| 0日目 | 1日目 | 2日目 | 3日目 | 4日目 | 5日目  | 6日目  | 7日目  |
|-----|-----|-----|-----|-----|------|------|------|
| 発症  | 発症  | 解熱  | 1日目 | 2日目 | 登校OK | 登校OK | 登校OK |
| 発症  | 発症  | 発症  | 解熱  | 1日目 | 2日目  | 登校OK | 登校OK |
| 発症  | 発症  | 発症  | 発症  | 解熱  | 1日目  | 2日目  | 登校OK |

### 《健康手帳をご確認ください》

2学期のお子さんのからだや学校生活の様子を知っていただくために、健康手帳を各家庭に持ち帰ります。「発育の記録」及び「清潔調べ」のページを見ていただき、押印をお願いいたします。健康手帳は3学期も使用するため、確認と押印が済みましたらお子さんに持たせていただくようお願いいたします。