

保健だより

令和5年2月1日
杉並区立桃井第一小学校
保健室

インフルエンザにも注意を



冬休み明けから、インフルエンザによる欠席者が出始め、新型コロナウイルス感染症関係による欠席者数よりも、インフルエンザによる欠席者数の方が多くなってきている状況です。区内でもインフルエンザによる欠席者が増えているようで、インフルエンザによる学級閉鎖を行ったという区内の他の小学校の報告も入ってきています。12月の保健だよりでもお知らせいたしましたが、インフルエンザに罹患した際には、登校の時に「登校届」が必要となります。忘れずにご用意をお願いいたします。

引き続き、感染症予防と登校前の健康観察のご協力をお願いいたします。

<2年生保護者様>

3月1日(水)色覚検査 (2年生)

杉並区では、小学2年生と中学2年生の希望者を対象に色覚検査を実施しています。色覚検査は希望児童のみとなりますが、小学校では2年生でしか検診の機会がありません。詳しくは後日お渡しするお手紙をご確認いただき、希望調査についてご回答ください。

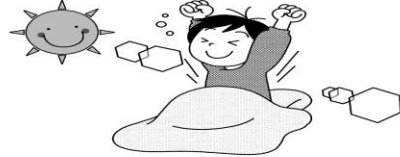
2月
保健目標

外で元気よく遊ぼう

病気に負けない体力がつく



しっかり眠れて毎日スッキリ



からだを動かすと
いいこといっぱい!



ストレスが気にならない



肥満・生活習慣病になりにくい



<体調管理について>

- ・引き続き、登校前には、必ずご家庭で健康観察を行ってください。少しでも体調が良くないときは、無理をさせず、早めに休養をとってください。
- ・大丈夫と判断した場合でも、お子さんが急変した場合にすぐに連絡がとれるよう、お子さんに連絡先を伝えておいてください。

<インフルエンザと診断された場合>

- ・学級の状況把握のため、学校までお知らせください。その際に、インフルエンザの型(A型・B型)もお知らせください。
- ・**出席停止期間を経て登校する時には、「登校届」のご用意をお願いします。**
インフルエンザ以外の出席停止の際は、医療機関で記入の「登校許可意見書」をご用意いただきますが、インフルエンザの場合の「登校届」は、保護者の方に記入していただきます。用紙は学校にあります。桃一小のホームページからもダウンロードすることもできます。(TOPページ→保健室の中)
- ・「登校可」となってもお子さんの回復の様子などを十分に考慮し、必要に応じて医師ともご相談のうえ、登校の可否を判断してください。
- ・兄弟がいるご家庭は、兄弟間で感染しないよう、ご家庭での配慮をお願いします。

<インフルエンザの出席停止期間>

**発症した後5日を経過し、
かつ、解熱後2日を経過するまで**

※発症した日・解熱した日は日数に含まず、0日目としてカウントしてください。

<乾燥に注意!>

1月25日(水)3時間目に、学校薬剤師の小系先生に來校していただき、教室の空気検査をしていただきました。授業の最初と最後に「二酸化炭素濃度」「気温」「湿度」などを測定します。換気のために窓を開け、エアコンも使用しているため、湿度が少し低かったです。ご家庭でも、気温だけでなく湿度にも気をつけていただきたいと思います。



冬のかんそうに注意!

水分ほきゆうを
忘れずに!

加湿器を使って!

ハンドクリームで
手をガード!