

保健だより

令和7年1月8日
杉並区立桃井第一小学校
保健室

あけましておめでとうございます



12月、区内の他の小学校では、インフルエンザによる学級閉鎖が出ており、本校でも感染症を心配していましたが、インフルエンザなどの感染症が広がることなく、2学期を終えることができました。冬休み中も元気に過ごすことができたでしょうか。1月は、寒さも厳しくなります。3学期も感染症予防をして、元気に過ごせるようにしていってほしいと思います。なお、インフルエンザ等の感染症と診断された場合には、流行の状況を把握するため、必ず学校にご連絡ください。インフルエンザとコロナについては、下記の登校再開日の早見表を参考にしてください。登校時には、「登校届」を忘れずにお願いいたします。

はっしょうび 発症日を入れてね。

元気 回復

	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
	にち 日	にち 日	にち 日	にち 日	にち 日	にち 日	にち 日	にち 日	にち 日
新型コロナウイルス	★	しょうじょうけいがい 症状軽快					とうこうさいがい 登校再開		
	★		しょうじょうけいがい 症状軽快				とうこうさいがい 登校再開		
	★			しょうじょうけいがい 症状軽快			とうこうさいがい 登校再開		
	★				しょうじょうけいがい 症状軽快		とうこうさいがい 登校再開		
	★		★		しょうじょうけいがい 症状軽快		とうこうさいがい 登校再開		
インフル	★	げねつ 解熱		★			とうこうさいがい 登校再開		
	★		げねつ 解熱		げねつ 解熱		とうこうさいがい 登校再開		
★			げねつ 解熱		げねつ 解熱		とうこうさいがい 登校再開		
★				げねつ 解熱		げねつ 解熱	とうこうさいがい 登校再開		
★					げねつ 解熱		とうこうさいがい 登校再開		
★						げねつ 解熱		とうこうさいがい 登校再開	

はっしょう 発症

基本「発症日を0日目として5日を経過するまで」

コロナは「かつ症状が軽快した後1日を経過するまで」

インフルは「かつ解熱後2日を経過するまで」

1月 保健行事予定

1月は、身長・体重の測定を実施いたします。「健康の記録」は、計測後にご家庭へ返却いたします。ご確認ください、押印の上、学校へご提出ください。

<計測>

9日(木)	10日(金)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
6年生	5年生	4年生	3年生	2年生	1年生

※体育着で測定します。忘れないようにしてください。

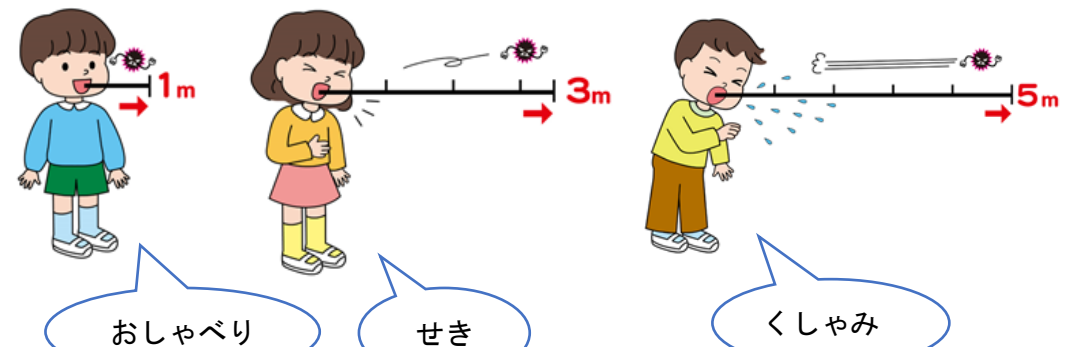
<かぜ・感染症予防>

12月6日(金)に保健委員会集会を行いました。「かぜ・感染症の予防」をテーマとして、さらに細かいテーマで、グループごとに準備をして発表しました。

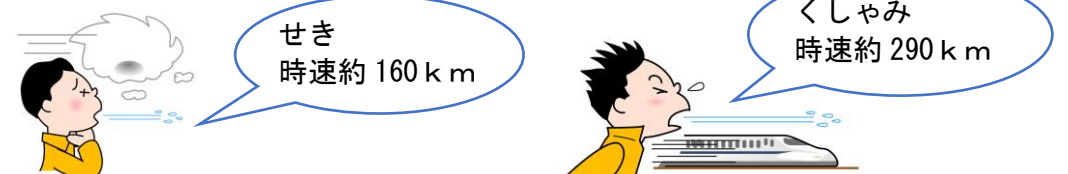
- ①ウイルスの飛距離とマスクについて
- ②ウイルスの大きさについて
- ③ウイルスが飛ぶスピードについて
- ④換気の効果について
- ⑤手洗いの仕方について



ウイルスの飛距離について
クイズを出しました。



くしゃみでは、なんと5mもしぶきが飛び散ります。



せきは台風の風と同じくらいの速さ、くしゃみは新幹線と同じくらいの速さです。

ウイルスを防いで、かぜや感染症を予防しましょう。

