

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。

登校再開日早見表								
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	発症日を入れてね	症状軽快	症状軽快	症状軽快	症状軽快	元気 回復		
					登校再開			
					登校再開			
					登校再開			
					登校再開			
					登校再開			
コロナもインフルもここは同じ	基本「発症日を0日目として5日を経過するまで」	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
インフル	発症	解熱	解熱	解熱	解熱	解熱	解熱	解熱

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。ご確認いただき、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。

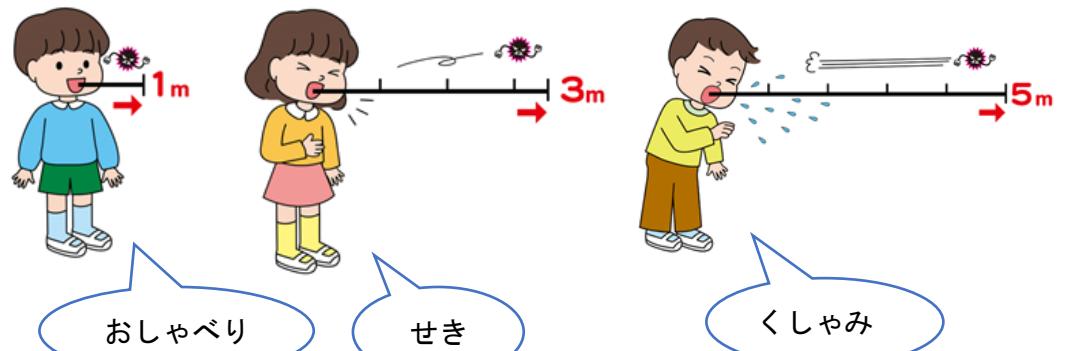
<かぜ・感染症予防>

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。

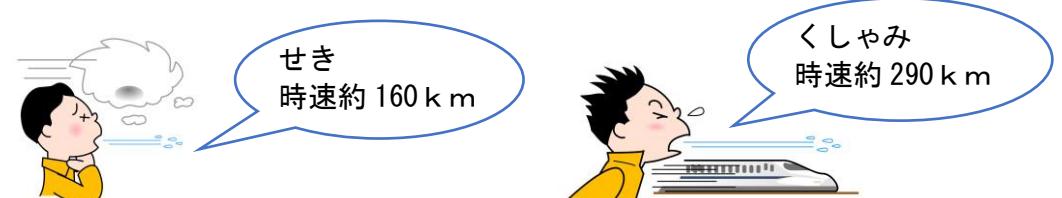
- ①ウイルスの飛距離とマスクについて
- ②ウイルスの大きさについて
- ③ウイルスが飛ぶスピードについて
- ④換気の効果について
- ⑤手洗いの仕方について



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もしるきが飛び散ります。



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。

