



2021年1月7日  
吉川市立美南小学校  
保健室

2021年になり、いよいよ学校も始まりました。みなさんにとって、2021年はどうな1年になるのでしょうか？楽しみですね。2021年は始まったばかりですが、3学期はあっという間に終わってしまいます。引き続き感染症予防をしっかりと、1年間のまとめをしていきましょう。

## かん せん しょう よ ぼう 感染症を予防しよう

毎年この時季に流行する感染症とえば『インフルエンザ』ですが、今年度は『コロナウイルス感染症』もまだまだ、収まっていません。インフルエンザ予防とともに、引き続きコロナウイルス感染症も予防しましょう。

もしかしたら、  
インフルエンザかも？

つぎのような症状が突然起こったら、インフルエンザの可能性があります。

 38℃ 38℃以上の熱がある。	 からだのあちこちが痛い。 (関節痛・筋肉痛)
 からだが だるい。	 あたま いた 頭が痛い。



- 1 てあら 洗い・ガラガラうがい。
- 2 えいよう 栄養のあるものをしっかりと食べる。
- 3 ひと がたくさんいるところにはいかない。






















朝、『熱がある』『体調が悪い』などの症状があった時には、自分のためにも友達のためにも、無理して登校せず家で様子を見て、元気になったら登校するようにしましょう。また、熱などの症状があった時には、体調がよくなっても2日間は家でゆっくり休むようにしましょう。

# インフルエンザは出席停止です

以下の出席停止期間をご確認ください。分かりにくい場合には担任または保健室までご連絡ください。

出席停止期間…発症後5日を経過しかつ解熱後2日を経過するまで

発熱期間	第0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
2日間							出席 可能	
3日間							出席 可能	
4日間								出席 可能

 発熱中

 解熱

## ～★～★ お知らせ ★～★～

3学期の発育測定を実施します。

### 【日程】

- ・1月 8日(金) 6年生、1年生、たけたんひま
- ・1月12日(火) 3年生、2年生
- ・1月13日(水) 5年生、4年生

### 【お願い】

- ①体育着を必ず持ってきてください
- ②髪の毛を結ぶ場合、頭の後ではなく横で結んできてください。正しい身長が測定できません。

8月から身長・体重がどのくらい増えたか楽しみですね♪



## ～★～ 保湿をしよう ★～★

コロナウイルス感染症の影響もあり、毎日の手洗いや、お店などですぐに手洗いが出来ない状況では、アルコールをつけて消毒をすることが多くなっています。また、冬の乾燥もかさなり、手が荒れてきてしまっている人もいます。

手を洗ったら、クリームなどをつけて保湿できるとよいですね。

でも、クリームをつける前にまずは、石けんでいねいに洗い、洗ったら清潔なハンカチでしっかりふくことが大切です。

