



手洗い 最後までできていますか？

手荒れになりやすい！

水分が蒸発するとき、皮膚の水分も一緒に蒸発してしまい、手荒れにつながります。
お肌のトラブルが多い冬は特にご注意

細菌やウイルスがつきやすい！

ぬれたままの手は、細菌やウイルスがつきやすい状態です。せっかく頑張った手洗いも台無しに

「洗い流した後は、きれいなタオルで水気を拭き取って手洗い完了です」。

インフルエンザにかかったときは？

インフルエンザへの対応の基本は、病院を受診し水分を十分にとり、自宅で安静にすることです。インフルエンザの判定は、12時間程度経過したときが最適と言われています。インフルエンザと診断されたら、家庭でも可能な限り、隔離をし、感染拡大を予防してください。

学校保健安全法で登校基準が決まっています。



保健委員会で「換気習慣付週間」を実施します。

1月に、保健委員会が「換気喚起付週間」を実施します。

休み時間に必ず、教室の窓を開けさせてもらいます。

常に、廊下側の換気窓は開けておいてください。

窓を数か所開けることにより、短時間で空気が流れていきます。

二酸化炭素(CO2)が部屋中に充満すると、頭がボーっとしてきて、集中力がなくなり、頭痛や吐き気を感じることもあります。

そして、ウイルスも増加し、流行りやすくなります。保健委員の換気にご協力ください。



