

ほけんだより



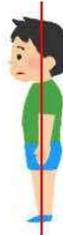
2020年11月20日
宇部市立琴芝小学校 保健室



- インフルエンザ・しんがた新型コロナウイルス
- かんせんしょう感染症の予防
- 4年生ねんせい歯科指導
- しせい姿勢
- ふゆ冬でもおこるだっすい脱水



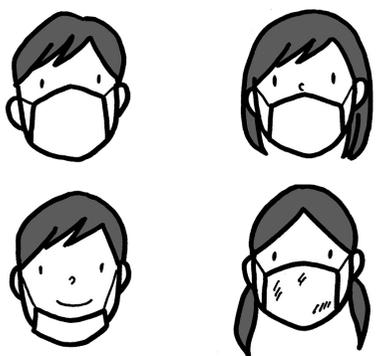
11月の保健目標
○しせい姿勢に
気をきをつけよう



寒さむくなってきて、風邪かぜやインフルエンザ、かんせんせい感染性胃腸炎などの感染症かんせんしょうがはやる季節きせつになりました。
しんがた新型コロナもインフルエンザも、自分じぶんにできる対策たいさくをつづけることが大切です。手てあらい・うがい・マスク・空気くうきの入れかえ・加湿かじつなどの予防よぼうをしっかりとしましょう！



正しいのはどれ？



すこし、きもち気がゆるんでいるのか、外そとでマスクをはずして、ともだち友達と近いきよりでおおこえ大声を出して話はなしている人をよくみかけます。
 もう一度、自分の行動こうどうを見直みなおしてみましょう！



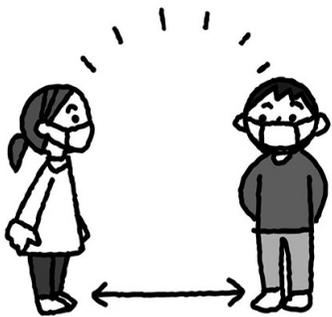
換気・通風のポイントは



☆☆ みんなでとりくもう！ 感染症対策 ☆☆



ひといっしょと一緒にいっしょのときはマスク
(ひまつを飛ばさない)



ソーシャルディスタンス

ひときよりとの距離きょりをとる
(人混みひとごみは避ける)

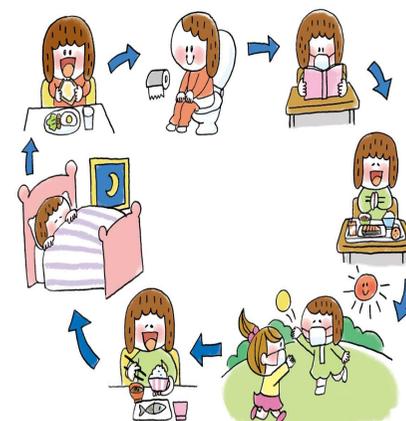


せって石けんてで手洗い
(定期的ていきてきにこまめに)



えいようすいみん栄養や睡眠すいみんをしっかり
(体力たいりよくをつける)

きそくただ正しい生活せいかつしゅうかんを！



みっしゅう
密集

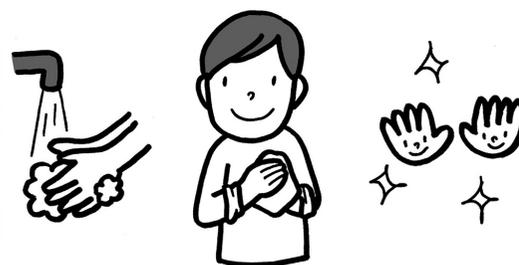


みっせつ
密接



ともだち友達と手をつないだり、くっつくのも
いま
今はやめましょう！

きれいなハンカチで
ふくまでが手洗いです



ほけんしつ
保健室で、「ハンカチもって
る？」とたずねると、はんぶんぐ半分ぐ
らいの人が「教室きょうしつの引き出
しです。」と答こたえます。
きれいなハンカチをいつも
もっているようにしましょ
う！



【保護者の方へ】

感染症拡大防止の観点から、お子様がいつもと違う体調たいじょうの時には登校とうこうさせないよう、
今一度、朝の健康観察を念入りねんりにお願いいたします。