

令和6年度

石北小だより

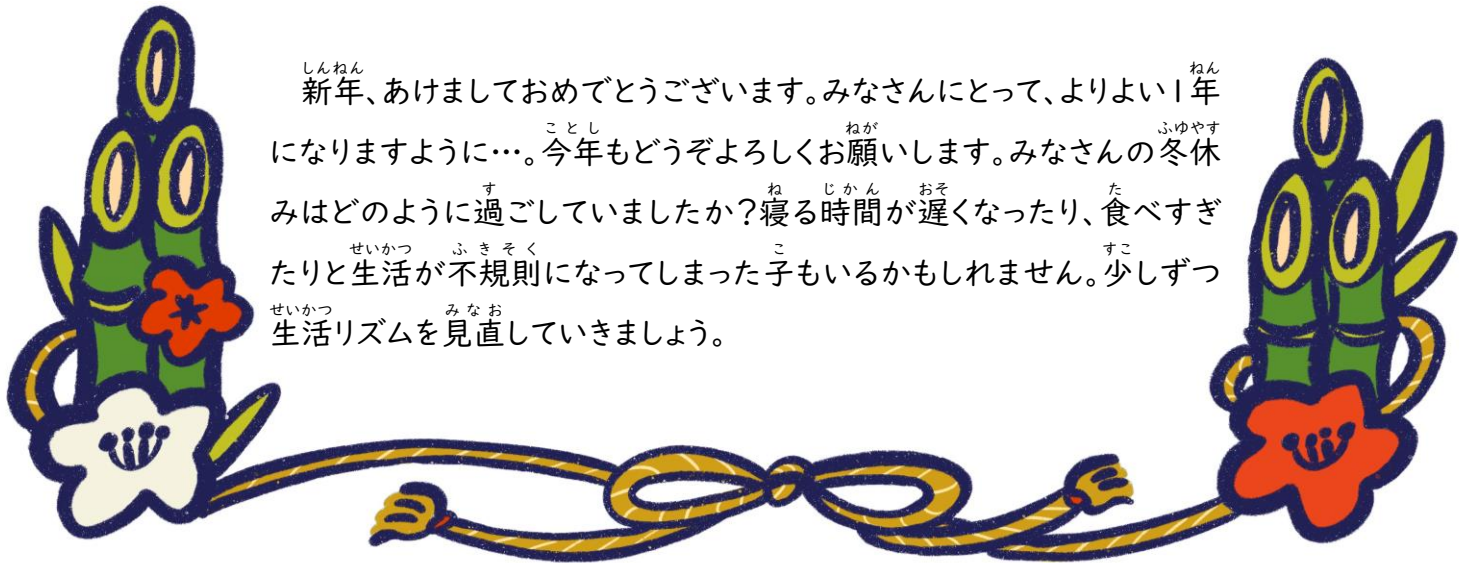


げんきだより 1月号

R7.1.15

あけましておめでとうございませす

新年、あけましておめでとうございます。みなさんにとって、よりよい一年になりますように…。今年もどうぞよろしくお願ひします。みなさんの冬休みはどのように過ごしてましたか？寝る時間が遅くなったり、食べすぎたりと生活が不規則になってしまった子もいるかもしれません。少しずつ生活リズムを見直していきましょう。



インフルエンザはやってきます!

インフルエンザの特徴は

- 高热
- 寒気
- 全身痛
- だるさ

普通のかぜ症状と合わせてこのような重い症状が現に出てきます……

部屋の加湿を心がけ、あたたかくして早く休む。

かかったかな…? と思ったら……。

医師の診察を受ける

インフルエンザと診断されたら出席停止となります。

予防への心がけ・忘れずに

- 手洗い
- うがい
- しっかり睡眠
- バランスのよい食事
- 換気
- 体を動かす
- 人混みをさける
- 冷えに注意

普通のかぜ症状と合わせてこのような重い症状が現に出てきます……

手には見えないばい菌が

いっぱい!



いっけんきれいに見える手や指は、感染症の原因となる細菌やウイルスがついていることがあります。

『手洗い』は、病気から身を守る最も簡単で大切な方法です。すみずみまでていねいに手を洗い、細菌やウイルスを洗いながしましょう!

正しい手洗いの手順



《《『結果のお知らせ』を受け取ったら》》



ぜんき おこな けんこうしんだん けっか いりようきかん じゅしん ひつよう こ じゅしん す
 前期に行った健康診断の結果より、医療機関の受診が必要なお子さんで、まだ受診が済んでい
 ひと ふゆやす まえ けんしん し さいどはいふ こんねんどじゅう じゅしん ねが
 ない人へ、冬休み前に「〇〇検診のお知らせ」を再度配布しました。今年度中に受診をお願いいた
 します。すでに受診済みまたは治療中の場合は、学校までお知らせください。

