

ほけんだより

平成26年2月号
春日井市立大手小学校

がつ ほけんもくひょう
2月の保健目標

ふゆ びょう き よ ぼう
冬の病気を予防しよう

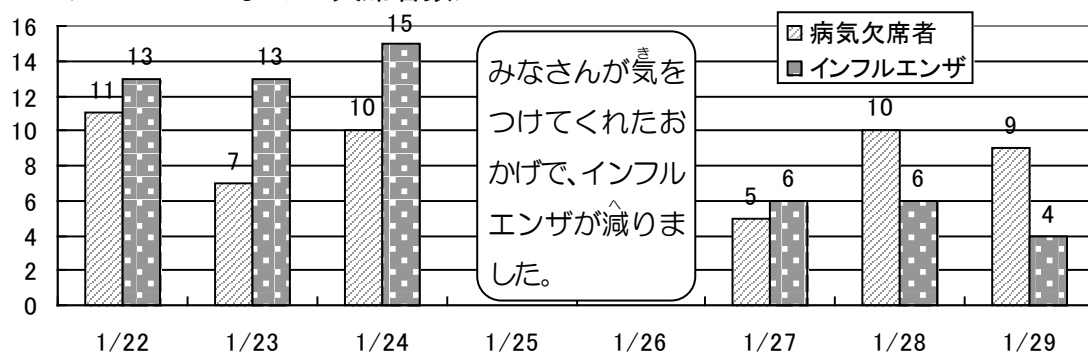
～インフルエンザ 警報が 発令されています～

予想していたように、1月22日(水)にインフルエンザ警報が発令されました。春日井市内の小・中学校では、インフルエンザで学級閉鎖をしている学校があります。大手小学校では、先週5年生で患者が増えて心配しましたが、今週はずいぶん減りました。しかし、インフルエンザも、新型インフルエンザも、感染性胃腸炎も心配です。これからも油断せず、くれぐれも気をつけましょう。

- 1 手洗い、うがいをこまめに 行う。
- 2 症状が出たらマスクをつけ、外出を控える。
- 3 咳やくしゃみを人にかけない咳エチケット。
- 4 休養・栄養を十分にとる。
- 5 症状が出たら、早めに診察を受ける。



＜1/22～1/29 までの欠席者数＞



朝は家で自分の健康観察をしましょう

- ・朝、家を出る前に、自分でからだの様子をチェックしましょう。
- ・一日学校で元気よく生活できるかどうかを考えましょう。
- ・体調が悪い場合は、家でからだを休めることが大切です。
- ・熱がさがってもしばらくは家でゆっくり休みましょう。
- ・無理して学校へ来ても、ますます具合が悪くなることもあります。はやく家でやすむほうが自分のためになります。