

ぽけんだよい

あんなに暑かった夏を忘れてしまうくらい、すっかり寒くなりました。

有明小学校では、子どもたちがアートウィーク(秋)に取り組んでいます。今年はどんぐりが少ない中、栗や落ち葉など秋の植物を使って素敵な作品を完成させています。来校される機会がありましたら、ぜひご覧ください。



インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症にご注意ください

例年より早く、清田区内でインフルエンザによる学級閉鎖がありました。また、新型コロナウイルス感染症やマイコプラズマ感染症も出ているようです。

感染症の予防は、手洗い・うがいが基本です。外から帰った後や、食事の前などに手洗い・うがいをして予防しましょう。



病院で感染症と診断された場合は、学校へご連絡ください。

インフルエンザの場合は、インフルエンザ A 型、インフルエンザ B 型などの型も分かりましたらご連絡いただけると助かります。ご協力をよろしくお願いいたします。

インフルエンザの出席停止期間



発熱期間	第0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
1日間	 発熱	 解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	発症後 4日目	発症後 5日目	登校可能	
2日間	 発熱	 発熱	 解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	発症後 5日目	登校可能	
3日間	 発熱	 発熱	 発熱	 解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	登校可能	
4日間	 発熱	 発熱	 発熱	 発熱	 解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	登校可能

* 発熱5日目以降は、登校可能日が1日ずつ長くなります。

インフルエンザの出席停止期間は、「発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日(幼児にあっては3日)を経過するまで」となります。

「発症した後5日」とは、発症(発熱)した日を0日とし、翌日から5日間です。また、医師の判断によって日数が変わることもありますので、受診した際に、必ず主治医の先生にいつから登校可能かご確認ください。

目^めに^に優しい^{やさ}生活^{せいかつ}を知^しろう^{ろう}!



わ たしはメー探偵・マナコ。ゲンさん、モクさん、ガンさんの3人の中で誰が1番目がいいか、視力検査の結果を見なくてもわかったよ。みんなはわかるかな？ ヒントは3人の普段の生活だよ。

ゲンさん

やす^{やす} ひ^ひ にちじゅう^{にちじゅう} 休みの日は1日中ゲームをしている。



やさ^{やさ} きら^{きら} いく^{いく} た^た 野菜は嫌い。いつもお肉ばかり食べている。

モクさん

よる^{よる} くら^{くら} へや^{へや} ほん^{ほん} よ 夜は暗い部屋で本を読んでいる。



み^み ねころ^{ねころ} み テレビを見るときは寝転んで見ている。

ガンさん

まえがみ^{まえがみ} め^め 前髪が目にかからないようにしている。



よる^{よる} はや^{はや} はい^{はい} ね 夜は早くベッドに入ってたっぷり寝ている。

3人の中で1番

目がいいのはガンさん。
目に優しい生活をしてたよ。

ゲンさん、モクさんの
ような生活は目が悪くなる
原因になるよ。



ポイント

目^めに^に優しい^{やさ}生活^{せいかつ}の

- ✳ ゲームや読書をしたり、テレビを見たりするときは、目のために1時間に1回、15分くらい休憩しよう
- ✳ 部屋を明るくするのも大事だよ。姿勢にも気をつけてね
- ✳ 目の健康にはごはんも大切。バランスよく食べて目に必要な栄養をとろう
- ✳ しっかり寝るのも重要。目を休める時間をたっぷり作ろう