



藻岩南小学校保健室
No.10
2025年1月20日
児童数配付

あけましておめでとうございます！



3学期がはじまりました。みなさん冬休みはどうでしたか？あつという間でしたが、ゆっくり休めたでしょうか。

さて、3学期はかぜやインフルエンザがさらに流行る時期です。規則正しい生活で、休みモードから学校モードへと切りかえて、元気に過ごしましょう！



⚠️ インフルエンザ警報発令中 ⚠️

本校では、2学期中はインフルエンザの罹患者はいませんでした。市内ではまだまだ流行しておりインフルエンザ警報が発令されております。3学期も感染予防を徹底しましょう。

裏面にインフルエンザと診断された場合の出席停止の基準について記載してありますので、御確認ください。

かんせんよぼう たいせつ 感染予防に大切なこと

こまめな手あらい

石けんを使ってしっかりとウイルスを洗い流しましょう。

部屋の換気

定期的に窓をあけて、ウイルスを追い出しましょう。

マスクの着用

くしゃみやせきをしたときに、ウイルスが飛び散るのを防ぎます。

規則正しい生活

十分な睡眠、規則正しい生活、バランスのとれた食事で免疫力がアップします。

部屋の湿度を上げる

ウイルスは乾燥したところが大好きです。登校したらそうきをしばって、机にかけておきましょう。



朝、みなさんの様子を見ていると、帽子や手袋などをつけていない人がいます。寒さ対策だけでなく、転んでしまったときに頭や手を守ります。あたたかい服装をして登校しましょう。

