

ほけんだより



令和5年12月1日
西尾市立吉田小学校
ほけんしつ
保健室

日に日に気温が下がって、さまざまな感染症が流行する冬がやってきました。

これからは風邪やインフルエンザだけでなく、感染性胃腸炎も増加する時期です。病気にならないために「手洗い」「うがい」をしっかりしましょう。また、「運動」「睡眠」「栄養」を十分に取って、ウイルスを寄せつけない体づくりをしましょう。



かつ ほけんもくひょう
12月の保健目標

よぼう
かぜの予防をしよう



かぜやインフルエンザを予防するには？



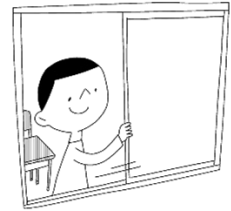
うがいをする



こまめに手を洗う



マスクを着用する



こまめにかん気をする



栄養バランスのよい食事



毎日運動をする



しっかりすいみんをとる



かじつをする

インフルエンザで出席停止になったときは・・・



いつから登校していいの？



登校していいのは、この2つがそろった時、

解熱後 **2日** が経過している + 発症後 **5日** が経過している
※発熱がみられた日を発症とします

パターン1



パターン2



パターン3

