

保健だより

藤沢市立御所見小学校 保健室
保護者の皆様へ No.9 2024.10.22

子どもたちに教えているのは、こんな内容です!

感染症情報!

現在、本校において流行している感染症はありませんが、県内では、新型コロナウイルス感染症・インフルエンザ・手足口病・マイコプラズマ感染症など様々な感染症の流行がみられます。藤沢市においては、10/10に市ホームページにて「マイコプラズマ肺炎が流行しています」という注意喚起がなされました。マイコプラズマ肺炎は、肺炎マイコプラズマという細菌に感染することでおこる感染症です。飛沫感染と接触感染が、感染経路とされています。潜伏期間は長くて、2~3週間くらいとされています。

主な症状

- ・発熱
- ・だるさ
- ・頭痛
- ・咳 など

＜出席停止期間の目安＞

症状改善し、全身状態がよくなれば登校可能。

* 感染症が疑われる症状がある場合は、受診をお願いします。

* 感染症の診断をうけたら、学校へお知らせください。

平日 8:00 ~ 17:00

0466(48)1255 または 0466(50)8312

070(7363)5084, 070(7363)5085は、学校からの発信専用番号です。おかけいたいたでも、できることかできません。

上記番号へおかけください。

保健室前に掲示して、ます。普段から、何気なく見ていることで、いざという時に生かせればと思います。



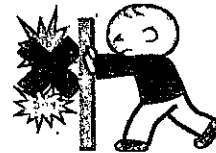
地震や火災で避難するときは

確認!

- ・落ちてこない
- ・倒れてこない
- ・移動してこない

自分の身は自分で守る。
安全に行動する。

おさない



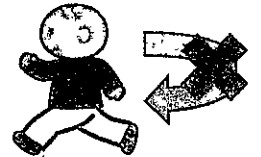
かけない



しゃべらない



もどらない



教室で地震!

机の脚をおさえよう!



机がないところで地震!

タンスの横にたよ!



火災のときはハンカチなどで口をふさぐ

体を低くして煙をすわないようにするよ!



えがお

藤沢市立御所見小学校 保健室
児童のみなさんへ No.9 2024.10.22

あうちのひとといらしよにふみましよう

11月の保健目標は

“寒さにまけない体をつくろう！”

なが なつ あき
長かった夏がおわり、ようやく秋らしくなりました。これから、
さむ ふゆ く まえ かわた じゆんが
寒い冬が来る前のうつの準備をしておきましょう。

ポイント：“体力をつけること”と“体をあたためること”です。

1. 外でうそを動かそう！ → 体力をつけ、体をあたためることが出来ます。
2. 朝ごはんを食べよう！ → 元気な体をつくり、体をあたためることが出来ます。
3. 重ね着上手になろう！ → 気温の変化を洋服で調整し、体を冷やさないことが出来ます。

自分でできる病気の予防を続けましょう！

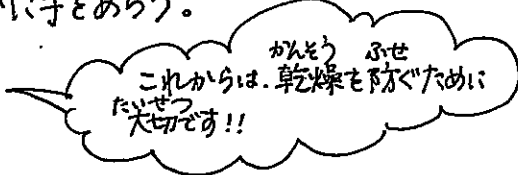
*せっけんを使って、ていねいに手をあらう。

*こまめに水分補給をする。

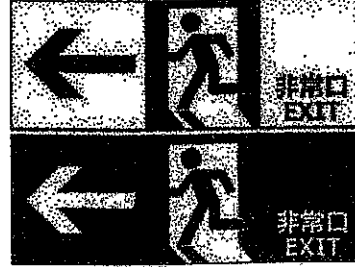
*窓を開けて換気する。

*体調が悪いときは無理せず休む。

*早起き・朝ごはん・朝うんちをわすれない。



いざという時のために知っておこう！



どちらも、非常口をおしえてくれるマークです

うえ しろい ひょうじ びじょうぐち みち けいこう
上の白色表示は、非常口までの道のりや経路をおしえてくれています。この表示をたどれば、非常口に着くことが出来ます。

した みどり ひょうじ びじょうぐち
下の緑色表示は、非常口そのものをおしえてくれています。

かっこう とお そと で
学校では、どこをとおっていかば外へ出ることが出来るか、みんな矢印で

いるけれど、でかけた先で“非常口へ行かなきゃ!!”というときに、

この表示のことをおぼえていれば、外へ出ることが出来ます。

ひなんけんれん とき かくしゅう
避難訓練の時に学習した、

「自分の身は自分で守る」「安全に

行動する」ために、必要な知識

です。まずは、自分の周りにある

ひょうじ かくしん
表示を確認してみましょう。

こんな表示を見たことがありますか？

かっこう なか
学校の中にも、ありますね。

うえ しろ びじょうぐち
上は、白いところに緑で書いてあり、

した みどり しろ か
下は緑のところに白で書かれています。

ただの色違いというのではなく、それ

ぞれに意味があります。

