

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.12 2025.1.8

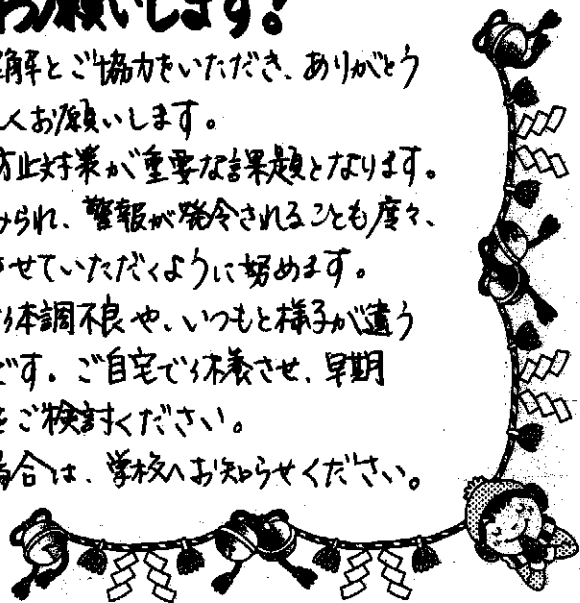
2025年も、よろしくお願いします!

昨年は、学校保健活動へのご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。本年も、どうぞよろしくお願いいたします。

3学期は、感染症の集団感染防止対策が重要な課題となります。最近、様々な感染症の流行がみられ、警報が発令されることも度々あります。その都度、お知らせさせていただくように努めます。

保護者の皆さまには、お子さんが体調不良や、いつもと様子が違うときは様子をみていただくたいです。ご自宅で休ませ、早期回復に向けて、必要に応じて受診をご検討ください。

また、感染症の診断ができた場合は、学校へお知らせください。



連絡先の変更は、ありませんか?

緊急時、連絡が確実につくように、連絡先の変更があった場合は、担任へお知らせください。

学校への連絡 → 0466(48)1255

0466(50)8312

学校からの連絡 → 070(7363)5084

070(7363)5085

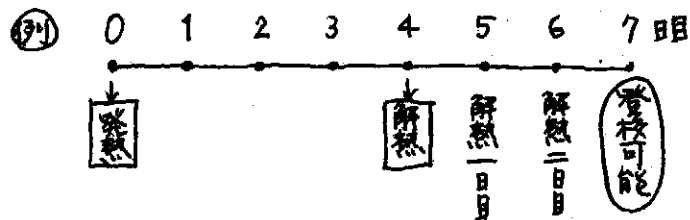
※保護者の方だけでなく、緊急連絡先に記入がある方にもお知らせください。

平日 8:00~17:00

上の2つの番号とあわせて4つの番号が学校からの連絡番号です!

インフルエンザは出席停止!

インフルエンザの出席停止期間の目安は、発症した後5日を経過かつ、解熱した後2日を経過するまでです。



※発熱日も0日目と数えます。解熱日も、解熱0日目となります。

冬は感染性胃腸炎にも注意!

感染性胃腸炎には、ノロウイルス、ロタウイルス、アデノウイルス等による胃腸炎が含まれます。

出席停止期間の目安は、「下痢・嘔吐症状が軽減した後、全身状態がよければ登校可能だが、手洗いを徹底する」となっています。

回復して元気になっても、ウイルスの排菌は1~2週間続くと言われています。

集団感染防止の観点から、給食当番を控えるなどの対応をさせていただきます。ご了承ください。

手洗い指導を継続していきます!

毎日、ハンカチを持たせてください。

咳エチケットを推奨します!

体調の変入に対応できるように、靴にマスクを1枚入れるようお願いいたします。

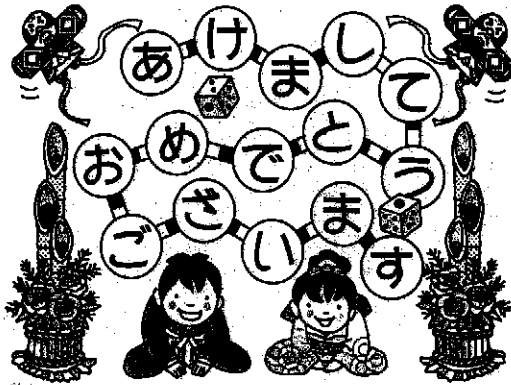
えがお

藤沢市立御所見小学校 保健室
児童のみなさん No.12 2025.1.8

おうちのひと、
いっしょにお楽しみ!

3学期スタート!

新しい年、明るく・楽しく・元気よく、



すごすごとができますように!!

「自分の体は自分で守る」という気持ちをも
持って、「早寝早起き・朝ごはん・朝うんち」に

とりくみましょう。

1月の保健目標は「冬を健康にすごそう」!

冬は寒いです。体は冷えると病気がたまたかう力が弱くなつて

しまいます。体を冷やさない工夫をしましょう。

☆朝ごはんを食べて、体の中からあたたかくなります!

☆重ね着をして、体を冷やさないようにしましょう!

☆体を動かして、体をあたたかくしましょう!

☆夜はおふろで、あたたまりましょう!

おふろは、気持ちがいいだけでなく、

健康を保つためにも必要です!



学校の時間には、体が早く慣れるように!

1月は身体計測を実施します!

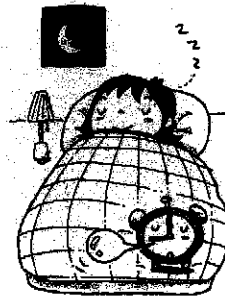
1月は、身長と体重をはかります。

今までと同じように、教室前のろうかごで一人おろり行きます。

- 10日(金) 6年生
- 14日(火) 5年生
- 15日(水) 4年生
- 16日(木) 3年生
- 17日(金) 2年生
- 20日(月) 1年生
- 21日(火) 5くみ

体操着または体操着に
近い服装で行います!

学年実施日にてできなかった
場合は、22日(水)から
20分お休み後に保健室前で
行います!



「早寝早起き・朝ごはん・朝うんち」続けて元気!