



2024.12.2

ほけんもくひょう
12月の保健目標

バランスのよい
しょくじ
食事をしよう!

だんだん寒くなり空気が乾燥しているため、インフルエンザの流行がはじまりました。手洗い・うがい・休養・バランスのよい食事をして予防をしましょう。

～ おやこは 親子歯みがきの実施 ～

冬休みの宿題として、親子歯みがきを行います。お子さんが染め出しをして、親子でどこがみがけていないのかを確認してください。前回よりも赤くなる部分が少なくていいですね。

提出日 1月7日(火)



冬休みは すぎに注意して!

食べすぎ

クリスマスやお正月など、ついつい食が進む行事が多いですね…。

やりすぎ

一日中、スマホを使ったり、ゲームをしたりしないようにね!

だらだらしすぎ

夜ふかししたり、部屋でゴロゴロしてばかりだと生活リズムが乱れてしまいますよ。

保護者の方へ

出席停止について

インフルエンザやマイコプラズマなど、様々な感染症が季節を問わずに流行る時代となりました。発熱などの症状がありましたら、登校を見合わせてください。

また、「出席停止」の扱いになる感染症にかかれた場合は、医師から登校の許可がでましたら、保護者が「治癒報告書」に記入し、登校する日にお子さんに持たせてください。萩原小学校HPからも印刷できます。

インフルエンザ いつから登校していいの? 小・中・高校版

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
※ただし、医師に「感染のおそれがない」と認められた時は登校してもOK

