



令和7年11月発行
中島小学校 保健室
No. 7

うちひと いっしょ よ
お家の人と一緒に読みましょう

11月は、校内マラソン大会がありましたね。練習も本番も、最後まで頑張って走り切るみんなの姿が本当に素敵でした。

日に日に外の空気が冷たくなり、季節は冬に近づいてきました。これからは特に空気が乾燥し、感染症が流行りやすいです。規則正しい生活を心がけ、体調管理に気を付けて過ごしましょう。



11月の保健目標：寒さに負けない体を作ろう



～インフルエンザ注意報発令～

11月5日に石川県にインフルエンザ注意報が発令されました。中島小学校でも、市内の小中学校でも、インフルエンザの感染が広がっています。どんなに感染が広がっても基本的な予防方法は変わりません。手洗い、換気、咳エチケットを徹底しましょう!!

「自分がかからない」「周りにうつさない」ために

①手洗い



②換気



③咳エチケット



かぜ症状がある人はマスクをつけましょう

石川県ホームページ参考

保護者の皆様へ

日頃より本校の学校保健活動にご協力をいただき、ありがとうございます。

◇インフルエンザと診断された場合について

学校保健安全法施行規則により、学校において予防すべき感染症が規定されており、インフルエンザや新型コロナウイルスと診断された場合は、出席停止になります。診断された場合は、学校にお知らせください。

家族など周りにインフルエンザにかかった人がいる場合で、児童本人にもかぜ症状がある場合は、無理をせず、自宅で休養、または様子をみていただき、症状に合わせて早めの受診をお願いいたします。

【出席停止の期間】

インフルエンザ	発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで。
新型コロナウイルス	発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで。

