

12月

保健だより

令和7年12月5日
中能登町立鹿西小学校

気温がさがり空気が乾燥する冬。感染症流行シーズンがやってきました。感染症はいろいろありますが、感染予防の基本は同じ。手洗いやうがい、空気の入れ替えをよりていねいにしましょう。



寒い日は、あったかいお風呂にゆっくり入り、心も体も温まろう!!

お風呂で、かけ算がたくさんおぼえられるかもね。

ぐっすり、眠ることができるよ。

お風呂からあがったら、湯ざめをしないように気を付けよう。

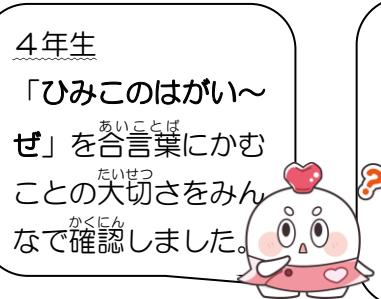
保健のおはなし 11月の保健指導



1・2年生
じょうずに、はみがきをする練習を音楽にあわせてしました。



3年生
みがき残しが分かる“そめだし”をしました。どこが赤くなっているか、鏡をよくみて色ぬりをしました。



4年生
「ひみこのはかい～せ」を合言葉にかむことの大切さをみんなで確認しました。

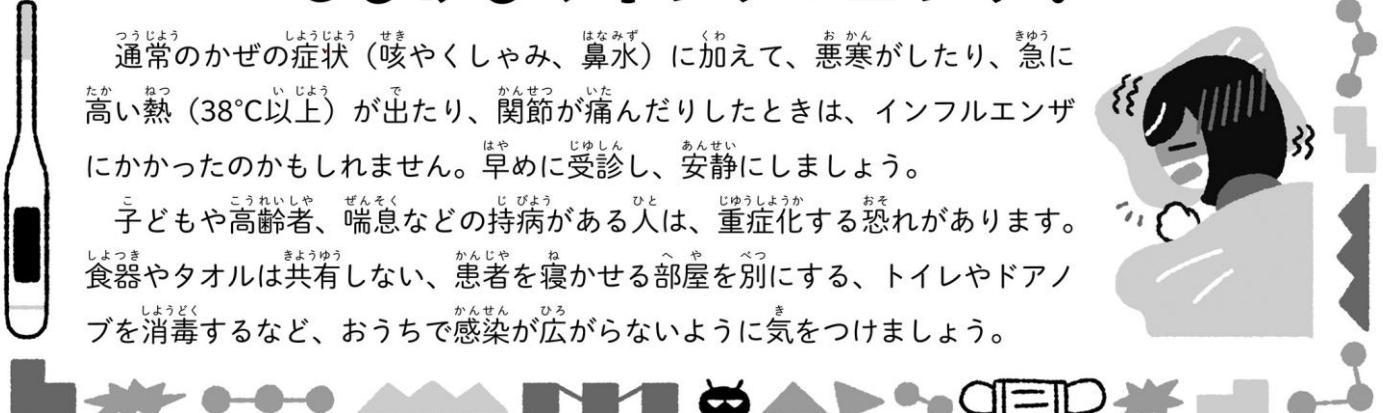
5・6年生
「歯と口のクイズ」「へ～そうなんや」という感想が多くかったです。



かぜかな…？と思ったら



もしかしてインフルエンザ？



保護者の方へ

～インフルエンザ、新型コロナの出席停止期間について～

インフルエンザにかかった場合は発症した後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感染症にかかった場合は発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまでは出席停止になります。



インフルエンザの場合（例：3日目に解熱した場合、4日目に解熱した場合）

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
3日目に解熱した場合		発熱		解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	登校OK	
4日目に解熱した場合		発熱		解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	登校OK	

新型コロナの場合（例：4日目に症状が軽快した場合、5日目に症状が軽快した場合）

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
4日目に症状が軽快した場合		有症状		症状軽快	症状軽快後1日目		登校OK	
5日目に症状が軽快した場合		有症状		症状軽快	症状軽快後1日目		登校OK	