



令和5年2月1日発行
能美市立寺井小学校

おうちのひとといっしょによんでね

今年も寒い季節がやってきました。寒さ対策でしていることはありますか？重ね着、
ホッカイロ、替えの靴下を持ってくる等していることはたくさんありますね。それに追加
で、しょうが湯を飲んでみてはいかがですか？からだの内側からポカポカしますし、か
ぜのひきはじめにも効果がありますよ。



カラーセラピーって知ってる？

みなさん色によっていやされたり、元気づけられたりした経験はありませんか？色には人の感情を動かす力があります。カラーセラピーは自分でも気づかなかった今の自分を気づかせてくれる助けになります。あなたの今の気分は何色ですか？好き、嫌いではなくその時の気分、直観で選んでみましょう。

赤色(レッド)



わたし み 私を見てください！ 心身ともに元気です。

ピンク色



あい 愛したい！ あい 愛されたい！ ひと せ わ 人の世話をしたい。

橙色(オレンジ)



こころ じゅんび だいじょうぶ もくひょう たっせい 心の準備も大丈夫！目標を達成したい。

黄色(イエロー)



はなし あいましょう！ 参加したい。

緑色(グリーン)



びょうき ひんこん そうだん 病気や貧困を相談してください。お役に立ちたい。

明るい青色



わたし ぶんせきりょく 私は分析力があります。

黒色(ブラック)



なに めいれい 何をするか命令しないで！ わたし いちばん わ 私が一番分かっています。

白色(ホワイト)



じぶん い 自分だけで生きたい！

金色(ゴールド)



わたし かね けんりょく 私は、お金も権力もあらゆるもののが欲しい。

インフルエンザ流行中！

ことし 今年はインフルエンザが流行しています。新型コロナウイルスよりも感染の広がりが早く、クラスの半分近くが欠席なんてことも…その一方で、欠席のクラスもあります。そのクラスは休み時間も換気をよくしているので、換気のコツを保健委員会がインタビューして放送する予定です。お楽しみに！



きれいに洗ったつもりでも、手にはよごれが…



感染症 Q&A

Q インフルエンザと診断されました。お休みはいつまでですか？

➤ 症状が出た日を0日とし、次の日から5日間かつ解熱後2日たっていれば登校可能です。診察された医師の指示があればそれに従ってください。

Q インフルエンザと診断されました。兄弟は登校してもいいのですか？

➤ 兄弟にかぜ症状が無ければ登校は可能ですが、部屋の隔離、かぜ症状がないか等経過観察をお願いします。現在、新型コロナウイルスの感染が疑われる場合（原因のわからない発熱やかぜ症状）は出席停止として兄弟にも休んでいただいています。

Q 新型コロナウイルスの濃厚接触者になりました。いつから登校できますか？

➤ 隔離を開始した日を0日とし、次の日から5日間お休みになります。自宅で2日目、3日目に抗原検査をし陰性の場合は登校も可能ですが、感染対策の徹底（マスク着用、健康観察）をお願いします。