

新しい年を迎え、子どもたちは寒さに負けずがんばっている様子が見られます。

さて、富士見小では3連休明けから、インフルエンザ（B型）による出席停止が増加傾向にあります。引き続き、ご家庭でも、基本的な感染防止対策や規則正しい生活について、よろしくお願いいたします。



富士見小学校 感染症 流行状況【出席停止人数】		
	インフルエンザ	水痘
12月	28人	3人



保健委員作成ウイルス人形

1月の保健目標 手洗い・うがいをしよう！

★手洗い・うがいを習慣にして、自分のからだは自分で守ろう！

- ①せっけんをあわ立てて、ていねいに手あらいできたか。※洗い流すまで30秒（手のひら→手の甲→指の間→つまめ→親指→手首→ハンカチ）
- ②真上を見てうがいできたか。（ブクブクうがい1回→のどの奥まで水が入るように上を向いて、ガラガラうがい3回）
- ③外出後、トイレの後、食事の前と後、そうじの後には必ず手あらいできたか。また、外出後、そうじの後には、うがいもできたか。



ほけんしつから保護者の皆様へ

（1）健康手帳の返却について

身体測定の結果を記入し、健康手帳を1月16日（金）に配付します。7ページのグラフを作成し、4・5ページの該当学年の3学期の欄に押印し、1月21日（火）までに提出をお願いします。

- ★身長と体重のめやす（P8・9）を参考に、お子様がバランスよく成長しているかご覧ください。
- ★正常に発育していると、少しずつ体重が増加します。もし数か月体重が増加しない場合や急激な増加の時は、養護教諭や専門医にご相談ください。
- ★身長の伸びが少ない場合（1年間に4cm以内）は、養護教諭や専門医にご相談ください。

（2）健康手帳の緊急連絡先の確認について

本校では、4月に提出していただいている「緊急連絡票」は職員室で保管し、主に担任が活用しています。健康手帳は保健室で保管し、お迎えをお願いしたい時や緊急時に活用しています。



身体測定前に保健指導を行いました！

1年「手洗い・うがいをしよう」、2年・さくら「かぜをよぼうしよう」、3・4年「インフルエンザをよぼうしよう」、5年「インフルエンザの予防」6年「新年を健康にすごそう」について学習しました。



「新年を健康にすごそう」 ～今年もよい1年になりますように～

新年のあいさつにちなんだ、今年1年を健康にすごすためのポイントです。

あ さ ご は ん

欠かさず食べて元気に
1日をスタートしよう

け が

を予防しよう



マ ス ク

をつけて、「せきエチケット」



し せ い

よく、背中をのばそう



て あ ら い

・うがいで、ウイルス バイバイ！

お ふ ろ

につかって リラックスしよう



メ デ ィ ア

と上手に つき合おう



で ん き

を消して 早くねよう



と も だ ち

を思いやる心を持とう



う ん ど う

しよう！ 1日20分を目標に！