

令和8年2月2日

周十んだい



冬の間に、きょうも寒くなるこの時季、かぜやインフルエンザ、

胃腸炎にかかると増え、一人一人が気を付けて、流行を防げるよう、ご協力をお願いします。

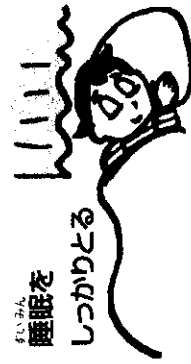
なわとび大会まで、あと少し！ みんなで協力して、記録に挑戦してください。

2月の保健目標 がっ ぼけんもくひょう 教室の空気を入れかえよう きょうしつ くうき

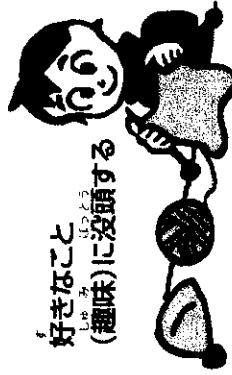
- インフルエンザウイルスは、汚れた空気の中にたくさんひそんでいます。休み時間には、しっかり窓を開けて、空気を入れかえてね。

元気が出ないときの対処方法は…

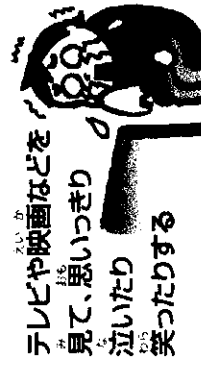
「何だか元氣が出ないなあ……」というときもあると思います。
そんなときの対処方法の例を紹介します。いくつか試してみても、
自分に合うものをぜひ見つけてみてください。



好きなこと (趣味) に没頭する



おいしいものを
食べる



誰かに話を聞いてもらおう



あえて
なに
何もしないで、
ほ一つとする
時間をつくる



インフルエンザ!?

登校再開はいつになる？



※1 発症日を1日と数えます。

※2 発症から5日を経過しても、解熱してから2日を経過しなければ登校はできません。

新型コロナウイルス感染症の出席停止期間

基準
発症した後五日を経過し、かつ、
症状が軽快した後一日を経過するまで出席停止



発症
症状あり



症状が 軽快



症狀 輕快後



登校可能

発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
							
							
							
							
							

※1発症日翌日を1日目と数えます。

※2 発症から5日を経過しても症状が軽快してから1日を経過しなければ登校はできません。