

ほけんだより 1 月



令和 7 年 1 月 8 日

分教室 保健室

あけましておめでとうございます。みなさん、どのような冬休みを過ごしましたか？

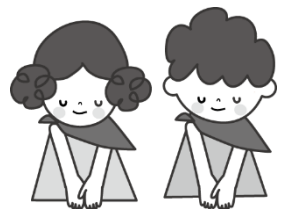
また教えてくださいね。健康に気を付けて 2025 年もよい一年にしていきましょう。



はじめまして！

12 月 18 日より着任しました、養護教諭の竹内 佳奈です。

午前中は竹内、午後は松山先生との二人体制となります。どうぞよろしくお願いいたします。



今年の目標は決まりましたか？



「一年の計は元旦にあり」ということわざを知っていますか？年の初めに目標を決めるとよいや、物事は

最初が大切という意味があります。保健室の先生と一緒に健康に関する今年の目標をぜひ立ててみませ

んか？

今年の目標は？

適度な運動を続けて
健康に過ぐす！



病気やけがをせず
元気に過ぐす!!

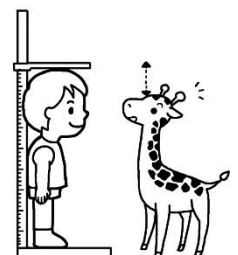


身体測定の結果をお知らせします

身体測定の実施を 1 年生: 15 日 (水)、2 年生: 14 日 (火)、3 年生: 10 日 (金) に予定しています。

測定後は結果をお知らせしますので、ご家庭でご確認ください。

2・3 年生は「すくすく元気」に記載しますので、確認後サインをし、学校へご提出ください。





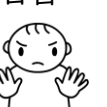


























インフルエンザにかかってしまったら・・・

インフルエンザが全国的に流行しています。インフルエンザにかかってしまった場合は「出席停止」となり

ます。インフルエンザになってしまったとき、どれぐらい休む必要があるのか、確認しておきましょう。

◎出席停止期間について◎ 出席停止期間は発症後5日、解熱後2日間を経過するまでとなります。

はっしょうび 発症日	にちめ 0日目	にちめ 1日目	かめ 2日目	かめ 3日目	かめ 4日目	かめ 5日目	かめ 6日目	にちめ 7日目
れい 例1	はつねつ 発熱 	げねつ 解熱 にちめ 0日目 	げねつ 解熱 にちめ 1日目 	げねつ 解熱 かめ 2日目 	はっしょうご 発症後 かめ 4日目 	はっしょうご 発症後 かめ 5日目 	とうこうか 登校可 	
れい 例2	はつねつ 発熱 	はつねつ 発熱 にちめ 1日目 	げねつ 解熱 にちめ 0日目 	げねつ 解熱 にちめ 1日目 	げねつ 解熱 かめ 2日目 	はっしょうご 発症後 かめ 5日目 	とうこうか 登校可 	
れい 例3	はつねつ 発熱 	はつねつ 発熱 にちめ 1日目 	はつねつ 発熱 かめ 2日目 	げねつ 解熱 にちめ 0日目 	げねつ 解熱 にちめ 1日目 	げねつ 解熱 かめ 2日目 	とうこうか 登校可 	
れい 例4	はつねつ 発熱 	はつねつ 発熱 にちめ 1日目 	はつねつ 発熱 かめ 2日目 	はつねつ 発熱 かめ 3日目 	げねつ 解熱 にちめ 0日目 	げねつ 解熱 にちめ 1日目 	げねつ 解熱 かめ 2日目 	とうこうか 登校可 

◎再登校するとき◎

再登校するときは、出席停止報告書の記入、提出をお願いします。報告書は各校のホームページからご家庭で

印刷することができます。難しい場合は学校でも準備できますので、お声掛けください。