

ほけんだより

不動岡小学校
2022. 5. 2

健康診断の結果はどうでしたか？健康診断は病気がないか調べるのはもちろん、体の健康状態を知り、考える大切な機会です。健康な体づくり、そして守っていきけるようしましょう。



「5月病」ってなんだろう？

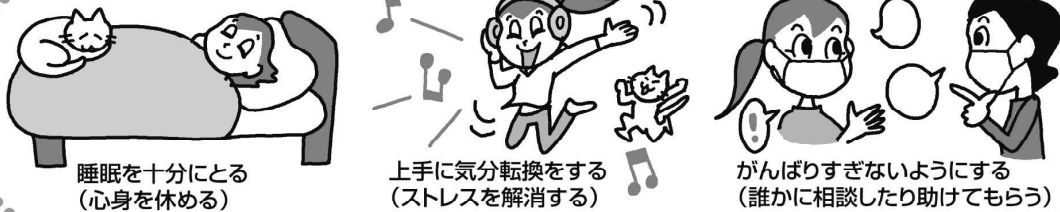
この時期、耳にすることがある「5月病」は、実は正式な病名（医学用語）ではありません。新年度からの環境の変化による疲れ・ストレスからくる心身への影響が、ゴールデンウィークなどの長めの休日をきっかけとして現れやすいため、このように呼ばれています。



心身の疲れが出やすい時期です



対処方法



保護者の方へお願い

感染症の流行を防ぐために、登校前、すでに37.5度を超す発熱、頭痛、腹痛、強い悪寒や関節痛、喉の痛みや咳などの症状がある場合には、無理登校せず自宅での休養と医療機関での受診をお願いします。熱を下げて登校することのないようお願いします。

体調不良時に様子を見ながら登校する場合は、もしものときに早退できるように連絡先の確認をお願いします。あわせて連絡帳等で担任まで御連絡ください。



新型コロナウイルス感染症に係る待機期間について【お願い】

今まで、学級で陽性者が1名出た場合は、原則2日間の学級閉鎖をしていましたが、今後は通常授業を行いつつ、体調の変化を3日間程度、注視することとしました。

この期間に家族が陽性となった場合、その陽性者が自宅待機期間は登校を控えてくださいますようお願いいたします。

なお、医療機関等から指示があった場合は、その期間となります。その際、お子様は欠席とはなりません。出席停止扱いとなります。

新型コロナウイルス感染症予防への御協力、よろしくお願いいたします。



新型コロナウイルス感染症よぼうのために

3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでやろう



正しいマスクの着用



外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗います。

正しい手の洗い方

手洗いの前に
・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう



参考資料：厚生労働省ホームページ