



令和6年 10月 16日 新谷小学校保健室

「お祭り」というと夏のイメージが強いですが、実は秋にも多いです。秋のお祭りは収穫祭。元々は、お米やさつまいもなど、秋の作物の豊作を祝い、田畑の神様に感謝して、次の年も豊作をもたらしてくれるように祈っていました。みなさんも秋祭りに行ったときや、ごはんを食べるとき、秋の恵みに感謝しましょう。



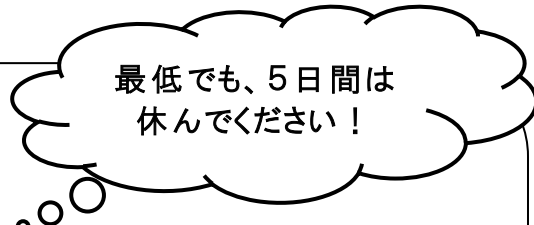
保健室からのお知らせ

感染症が流行する前に…

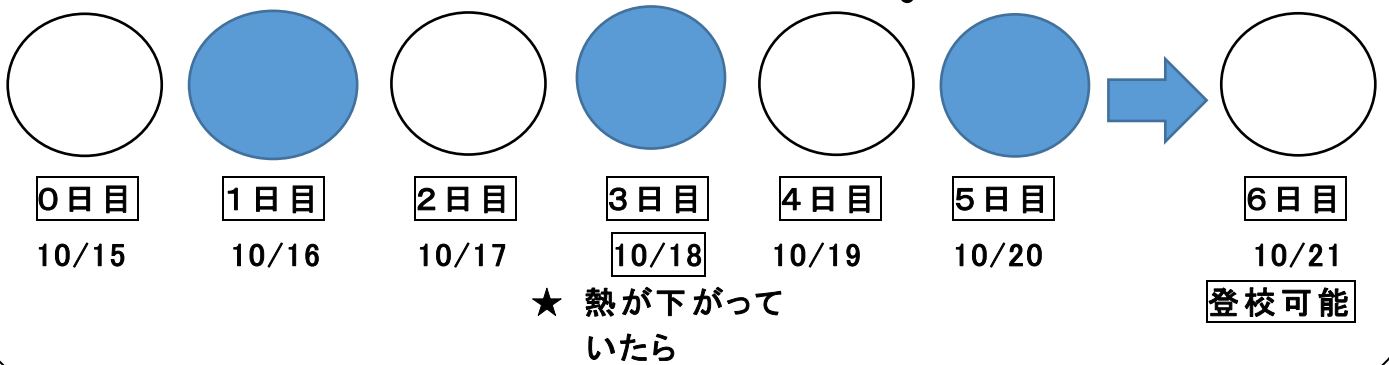


今のところ、インフルエンザで学年・学級閉鎖をしているところはありません。しかし、日頃からの手洗い・うがい、予防接種等で予防することは大切です。

そこで、感染した場合の出席停止期間をまとめましたので参考にしてください。感染力が強いため、ご家庭でも手洗い・うがい・換気・手指の消毒など、引き続き予防をお願いいたします。



<発症日> (例) 10月 15日(火)に、インフルエンザを 発症した場合



発症日が0日で、その次の日から5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するとなっています。その後も体調が回復しない場合は、出席停止になります。

あくまでも基準ですので、熱が下がっても体がしんどくて授業を受けることが難しいようでしたら休養し、元気になってから登校してください。

証明書の提出は必要ありませんが、受診の時に証明書を記入していただいていたら、登校した際に学級担任に提出をお願いします。



★ 裏面に「目の健康」のリーフレットを掲載していますので、ご覧ください！

目の健康のために みんなにお願いがあるよ



できるだけ外で遊ぼう!

外で過ごすときと近視になりやすいと言われているよ!

熱中症や紫外線などへの対策も忘れずにね!



長い時間、近くを見続けないでね!

明るい部屋で

暗いときは明かりをつけてね



近くで見ない

本や画面を自ら
30cm以上離してね



時々きゅうけい

30分に1回は体を動かそう!



こんなことがあったら、おうちの人に伝えてね!

黒板の字が見えにくい

目を細めない
と遠くの文字が読みにくい

ぼやけて見えたり
かさなって見えたりする

