



すこやか2月

しづしょうがっこう
志津小学校 ほげんだより

れいわ ねん がつ にち げつ
令和5年1月30日 (月)

おうちのひととよみましょう。

暦の上では『立春』を過ぎて春をむかえましたが、まだまだ寒い日が続きます。3学期が始まってから新型コロナウイルス感染症に加えて、インフルエンザにかかる人が増えてきました。すでにしっかりと取り組んでいると思いますが、手洗い・うがいなど感染症対策をしっかりと行い、元気にすごせるようにしましょう。



✿ 換気について ✿

寒い日が続きますが、みなさん換気はできていますか？換気をすることで、部屋の中の汚れた空気と外のきれいな空気を入れ換えることができるので、新型コロナウイルス感染症やインフルエンザなどの感染症対策になります。特に、人がたくさん出たり入ったりする教室は、こまめな換気が必要です。日頃からみなさんががんばって取り組んでいる手洗い・うがいなどに加えて、換気もするように心がけてくださいね。

✿ 換気のポイント ✿

① 窓は全開にしなくても大丈夫です！

気温が低いと窓を開けるのに勇気がいりますね。授業中は全部開けなくてもいいので、10cmくらい開けるようにしましょう。



② 窓とドアが対角になるように開けましょう！

対角線上にある窓とドアを開けることで、教室全体に空気が流れやすくなります。



③ 休み時間には窓を全部開けましょう！

2分くらい窓を全開にしておくと教室の空気が入れかわります。



窓を開けて、心も体もリフレッシュしましょう！





❁花粉症について❁

花粉症の季節が近づいてきました。人によって症状の出方や程度は違いますが、症状がひどい場合はゴーグルをしたり目薬を使用したりする人もいます。少しでも快適に学校生活を送ることができるように、自分でできる工夫をしてみましょう。

❁花粉症の症状❁

花粉症になると鼻水が出たり、くしゃみが出たり…風邪を引いたかな？と迷うような症状が出ます。風邪と花粉症の症状について確認してみましょう。気になる症状がある場合は、早めに病院で相談するようにしましょう。

	風邪	花粉症
鼻水	ねばりがあって黄色っぽい	サラサラしていて透明
くしゃみ	連続しない	連続で何度も出る
発熱	あり	ほとんど出ない
症状が強くなる時間帯	1日中だいたい同じ	起きてすぐ、昼間、日が暮れるころ

❁保護者のみなさまへ❁

- 日々お忙しい中、お子さまの健康観察にご協力いただき、ありがとうございます。現在、新型コロナウイルス感染症だけでなく、インフルエンザや感染性胃腸炎などの感染症にかかっている人が複数います。発熱がない場合でも、お子さまが朝から体調不良を訴えられているときは、無理をせず、ご家庭で休養していただくようお願いいたします。
- 学校で過ごしている間に37.5℃以上の発熱が見られる場合や繰り返し嘔吐されている場合など、1時間保健室で休養しても回復しない場合には、お迎えをお願いしています。お忙しい中とは思いますが、ご協力よろしくお願いいたします。
- 1月中にアレルギー疾患に関する調査を行いました。③の『配慮や制限が必要なため、学校生活管理指導表を提出します』に○をしてくださった方には、お子さまを通じて学校生活管理指導表をお渡ししています。書類を持って受診をしていただき、病院に記入を依頼していただきますよう、よろしくお願いいたします。

