

# ほけんたより2月

令和5年2月1日 志木第二小学校 ほけんしつ

寒い日が続いています。暦の上では「節分」から「立春」で春を迎えるころですが一般的には1月下旬から2月にかけて、1年の中で最も寒くなるといわれています。寒さが厳しくなればそれだけ体調を崩しやすくなるので、これまで以上に防寒対策が必須です。毎日の手洗いうがいや換気など予防に取り組んでいく必要があります。



## 花粉症ってこんな症状がでます



くしゃみがでたり、鼻水・鼻づまり、そして目がかゆくなったりします。症状が出る人と出ない人がいます。辛い症状があったら病院で診てもらうことをお勧めします。

## こんなふうに防ごう！花粉症対策



顔を洗う

マスク、帽子  
メガネを付ける



花粉情報を  
チェックする

手洗い  
うがいをする



玄関で  
花粉を落とす

ツルツルした  
素材の服を着る



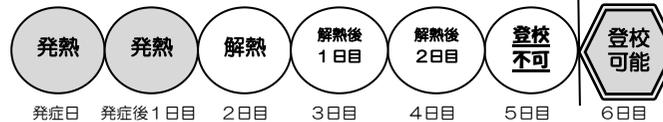
## インフルエンザが増えています！

志木二小では1月に入ってから「インフルエンザA型」にかかって学校を休んでいる児童が増えてきました。インフルエンザは、「学校保健安全法 施行規則」で「出席停止の期間の基準」が定められています。

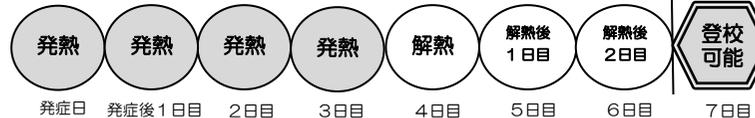
学校における集団感染を防止するために、出席停止期間を守り、ご家庭で療養していただくようお願いいたします。

インフルエンザの出席停止期間  
『発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで』

例えば、発症後2日目に解熱した場合



例えば、発症後4日目に解熱した場合



発症日（熱が出た日）を0日目と数えます。上段の5日目は、解熱後2日を経過していても、発症後5日目以内なので、登校できません。

登校するときは「登校届（コロナ以外）」を提出してください。志木二小のホームページからダウンロードしてください。ダウンロードが難しい場合は学校からお渡ししますので担任にご連絡ください。

## 〇〇保護者の方々へ〇〇

日頃より、毎朝の検温や家庭で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、志木二小では新型コロナウイルス感染症以外にもインフルエンザや胃腸炎でお休みしている児童が多数います。引き続き家庭での健康観察を継続していただき、朝の段階で調子が悪そうであれば無理をして登校するのではなく、お家で過ごしていただくようお願いいたします。