

福井市東郷小学校 ほけんだより

Hんき 元気いっぱい



2024年2月

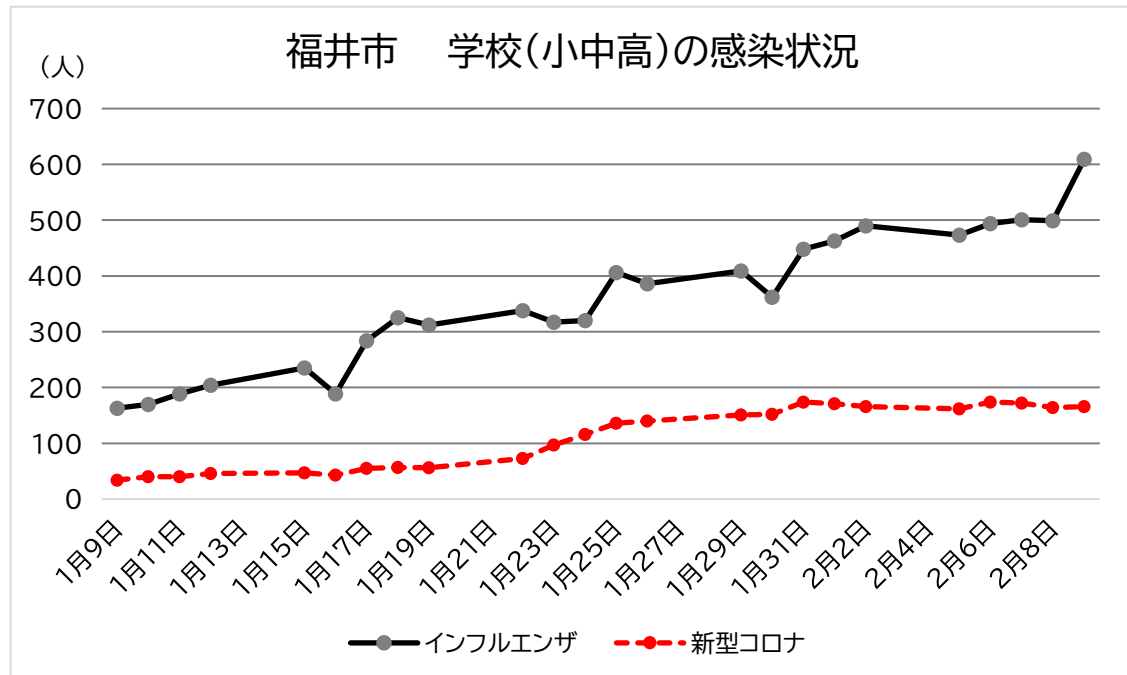
今年は、暖冬で雪が少なく、みなさんは少しさびしい思いをしたかもしれませんね。暦の上では、もう春です。そして、学年のまとめの時期です。特に6年生は、残り少なくなった小学校生活を健康に過ごして欲しいと思います。



● インフルエンザも 新型コロナも 流行しています！！ ～コロナは「第10波」に突入～

全国的に新型コロナが増加し、専門家は流行期「第10波」との見方を示しました。下のグラフは福井市内の小学校、中学校、高校でのインフルエンザと新型コロナの感染状況です。福井市内でも少しずつ、感染者数が増えていることがわかります。

自分だけは「だいじょうぶ！」と思わず、基本的な予防を続けることが大切です。



● かんせんよぼう 感染予防のポイント

みなさんは、どれだけ実行していますか？



● かんき 換気

1時間に1回窓をあけて部屋（教室）内の空気を入れ替えるとウイルスを減らすことができます。

● て 手あらい

感染予防の基本です。水が冷たくても手を洗いましょう。

● マスク

人混みでは、マスクをつけてウイルスが体内に入らないようにしましょう。

● すいみん・えいよう・うんどう 睡眠・栄養・運動

免疫力を強化してウイルスとたたかえる体づくりをしましょう。



● しゅっせきていしきかん はやみひょう 新型コロナの出席停止期間 早見表

欠席する期間は、お医者さんの指示に従ってください。学校保健安全法では、「症状が出て、5日を経過し、かつ症状がよくなって1日を経過するまで」となっています。

	発症日	発症後							
	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
発症後1日目に症状軽快	発症 (Sad face)	症状軽快 (Happy face)	症状軽快1日目 (Happy face)	症状軽快1日目 (Happy face)	症状軽快1日目 (Happy face)	症状軽快1日目 (Happy face)	登校可能 (School icon)		
発症後2日目に症状軽快	発症 (Sad face)	症状あり (Sad face)	症状軽快 (Happy face)	症状軽快1日目 (Happy face)	症状軽快1日目 (Happy face)	症状軽快1日目 (Happy face)	登校可能 (School icon)		
発症後3日目に症状軽快	発症 (Sad face)	症状あり (Sad face)	症状あり (Sad face)	症状軽快 (Happy face)	症状軽快1日目 (Happy face)	症状軽快1日目 (Happy face)	登校可能 (School icon)		
発症後4日目に症状軽快	発症 (Sad face)	症状あり (Sad face)	症状あり (Sad face)	症状あり (Sad face)	症状軽快 (Happy face)	症状軽快1日目 (Happy face)	登校可能 (School icon)		
発症後5日目に症状軽快	発症 (Sad face)	症状あり (Sad face)	症状あり (Sad face)	症状あり (Sad face)	症状あり (Sad face)	症状軽快 (Happy face)	症状軽快1日目 (Happy face)	登校可能 (School icon)	

登校する時は、マスクの着用をおすすめします。新型コロナに感染すると、体力を消耗するので、早く寝て睡眠をしっかりとるよう心がけましょう。