

ほけんだより 2月

令和2年2月4日 上里東小保健室

立春を過ぎ暦の上では春ですが、寒い日が続いています。寒くても子供達は元気に外遊びを楽しんでいます。あたたかくなるまで、もう少し時間がかかりそうですが、体調に気をつけて元気に過ごしましょう。



1月の発育測定より



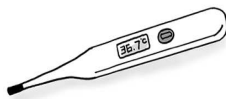
項目	身長 cm				体重 kg			
	男子		女子		男子		女子	
	1月平均	伸	1月平均	伸	1月平均	増	1月平均	増
1年	121.8	4.7	119.1	4.3	24.7	2.3	22.6	1.8
2年	127.2	4.3	125.8	4.5	28.4	2.6	26.3	2.7
3年	133.2	4.0	132.5	4.4	30.6	2.7	30.1	2.6
4年	137.9	4.0	139.8	5.2	35.3	3.0	35.4	3.7
5年	144.1	4.7	145.7	5.3	38.6	3.7	39.8	4.2
6年	150.0	5.7	150.1	4.1	43.3	4.5	43.4	3.8

*伸：4月からの伸び 増：4月からの増え

○平均値は目安であり、成長には個人差がありません。

○成長のこと、身体のこと、心配がある場合は、保健室小林までお尋ねください。

朝・体調の確認をお願いします



朝から調子が悪いのに登校し、授業に全く出られずに保健室で休養したり、早退するケースがあります。朝から、元気がない、気分がすぐれない時は、検温するなどして、朝の健康状態を確認してから登校しましょう。

インフルエンザ要注意

今年は現時点では、例年に比べてインフルエンザの発症が少ないように思います。しかし、流行は突然やってきますので、日頃から予防を心がけましょう。また、現在ニュース等で報道されている、「新型コロナウイルス」については、過剰に心配することなく、手洗い・うがい・十分な睡眠などの一般的なかぜ・インフルエンザと同じ予防対策に努めてください。



おうちの方へ

インフルエンザの出席停止期間について

発症後5日を経過 + 解熱後2日を経過するまでは、学校はお休みになります。ゆっくり静養してください。

例	発症日 0日目	発症後 1日目	発症後 2日目	発症後 3日目	発症後 4日目	発症後 5日目	発症後 6日目	発症後 7日目	
発症後2日目に解熱した場合	発症 / 発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	※まだ発症後5日を経過していないため登校できない	登校可能		
出席停止期間	→							→	
発症後4日目に解熱した場合	発症 / 発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	登校可能	
出席停止期間	→							→	→