

ほけんだより

令和2年1月10日
練馬区立大泉西小学校
保健室

あけましておめでとうございます。
本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

三学期が始まり、子どもたちもおうちでゆっくり過ごせたのか、穏やかな表情がみられます。

しかし、すでにインフルエンザや水ぼうそうなどでお休みをしている人がいますので、今年も引き続き健康へのご配慮をよろしくお願ひいたします。



かぜやインフルエンザを

よぼう 予防しよう

おうちの方へ

かぜ、インフルエンザ、
感染性胃腸炎などが
はやる季節ですので、
毎朝、お子さんの健康観察を
お願ひします!

熱は?

せきは?

吐き気は?

体のだるさは?

鼻水は?

のどの痛みは?

下痢は?

体の痛みは?



湿度を保つ。



鼻水や咳が出るとき、また感染症の予防には、
マスクをつけるようにしましょう。

こんなつけ方を していませんか?



鼻が
出ている

あごを
おおって
いない



鼻の横に
すきまがある

あごに
かけている



正しいつけ方



マスクのワイヤーを鼻の形にあわせて顔にフィットさせ、鼻からあごまでを、しっかりおおうようにします。