

ほけんだより 1月

2024年1月9日(火)
 ひらかたしりつまきのしょうがっこう ほけんしつ
 枚方市立牧野小学校 保健室

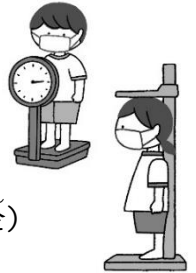
ふゆやす に そくてい 冬休みあけの二測定がはじまります

なつごころ 夏頃とくらべて、しんちようの 身長は伸びているかな？たいじゆう ふ 体重は増えている？減っている？

まわ 周りとは比べるのではなく、じぶん 自分がどれだけ大きくなったか・どう変わったかを見てくださいね！

- 5年生・6年生…10日(水)
- 3年生・4年生…11日(木)
- 1年生・2年生…12日(金)

※ポニーテールやポンパドール、頭のうえの編み込みなどはしないでください。身長が測れません。



あたら とし はじ 新しい年が始まりました

ふゆやす 冬休みはどう過ごしましたか？また話をきかせてく

ださいね。この一年、みなさん
 が大きな怪我や病気がなく
 げんき 元気に過ごせますように。
 ことし 今年もよろしくお願ひいたします。



おなかもひとやすみ

ななくさ た “七草がゆ”は食べましたか

しょうがつ 正月と、ふゆやす 冬休み中おいしいものをた
 くん さん食べた人も多いのではないのでしょうか。

『七草がゆ』は、1月7日の朝に食べる、『春の
 七草』が入ったおかゆです。これを食べると、1年を
 げんき 元気に過ごせるといわれています。消化の良いもの
 を食べて、つか 疲れたお腹を一休みさせましょう。



お ダラダラはもう終わり!



1日を元気にスタートできる『モーニングセット』!

早起きして、
 じかん 時間によゆうをもつ

朝ご飯を食べる

トイレに行く

インフルエンザ!?

登校再開はいつになる?



原則 発症後、5日を経過し、かつ
 解熱後2日を経過するまで出席停止です。

発熱期間	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
2日間	発熱中	発熱中	解熱	解熱	登校可能	登校可能	登校可能	登校可能
3日間	発熱中	発熱中	発熱中	解熱	解熱	登校可能	登校可能	登校可能
4日間	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	解熱	解熱	登校可能	登校可能
5日間	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	解熱	登校可能	登校可能

- ※1 発症日翌日を1日目と数えます。
- ※2 発症から5日を経過しても、解熱してから2日を経過しなければ登校はできません。
- ※3 表中の「発熱期間」の最後の日に解熱したとします。

出席停止です
 インフルエンザと診断されたら