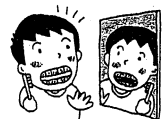


ふゆやす げんき やくそく
冬休みも元気にすごすための約束！



※自分で決めた時間
を書いてみよう！



- ★朝は__時に起きます
- ★夜は__時に寝ます
- ★ごはんを食べた後は歯をみがきます
- ★外から帰ってきた時・ごはんの翳・トイレの後・手がよごれた時は手洗いをします
- ★テレビやゲームは__時間まで
- ★外で元気に遊びます
- ★おうちの人のお手伝いをします



保護者の方へ

【登校前の健康観察のお願い】

かぜやインフルエンザ、感染性胃腸炎などの感染症が発生しやすい時期ですので、登校前に必ず健康観察を行うようお願いいたします。熱がある場合や元気がない時は、無理に登校させず、自宅で様子を見てください。

また、学校より連絡をとりたい時につながらない場合があります。必ず連絡がとれるように、緊急連絡先に変更や追加等がある場合は、担任までご連絡ください。

【手洗いポスターの配布について】

1、2年生を対象に、「ピオレあわあわ手あらいのうた」のポスターを配布いたします。数量にかぎりがありますので、抵抗力の低い低学年の子どもたちを優先させていただきます。手洗いは感染症予防の基本となります。ご家庭でもご指導をお願いいたします。

【いきいきちばっ子「元気アップ・プラン大作戦」について】

5年生を対象に、千葉県で推奨されている「元気アップ・プラン大作戦」を実施します。子どもたちが生活習慣の課題を見つけ、自分に合った作戦・めあてを考え、健康・体力づくりに取り組みます。実施期間は平成30年12月1日～翌年1月31日までです。

【冬休み中の生活について】

暮れやお正月と生活リズムが乱れがちになる冬休み、生活習慣を見直し、何か目標を決めて達成を目指すのもいいですね。家族の一員として、子どもに家庭のお手伝いを積極的に行わせてください。大きな事故やけがなく、元気で笑顔いっぱいの冬休みになりますように。

インフルエンザ いつから登校していいの？ 小・中・高校版

登校していいのは、この2つがそろった時

解熱後
2日
が経過している

+

発症後
5日
が経過している

※発熱がみられた日を発症とします

※ただし、医師に「感染のおそれがない」と認められた時は登校してもOK

発症後	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
1	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	OK	
2	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	OK	
3	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	OK	

