

ことしもよろしく
 お願い
 します



•

•

•

- ・ 早く寝る
- ・ 早く起きる
- ・ 毎日運動をする
- ・ 食後に歯みがきをする など

A cartoon illustration of a boy with brown hair sleeping peacefully at a wooden table. He is wearing a pink shirt. On the table is a white cup of tea and a small orange cat. A green and white checkered tablecloth covers the table. A white cat is curled up on the floor next to the table. In the background, a girl with blonde hair, wearing a blue hat and a red shirt, is peeking through a window with yellow curtains, looking surprised. The window shows a snowy outdoor scene.

せい かつ もど
生活リズムをとり戻そう




早く寝る


感染症予防

ウイルスの通り道を知っておこう


食べものから



ノロウイルスはカキなどの二枚貝から感染することでも有名です。カキは海水をろしてプランクトンを食べる際、一緒にノロウイルスを体に取り込んでしまうのです。でも、じつはカキから人への感染より、人から人への感染のほうがずっと多いと言われています。




人から



感染 染した人の嘔吐物や排泄物には、ノロウイルスが大量に含まれます。簡単に空気中に舞い上がり、ほんの少しの量でも感染するので、嘔吐した人の近くにいるだけでうつってしまうことも。汚染された手で食品を扱うのも大きな原因の一つです。

体の中で



口 から体に入ったノロウイルスは、食べ物と同様に胃を通過して腸へと順番に移動します。ウイルスがいるところに症状が起こるため、嘔吐が起こった後に下痢が出る人が多いです。もし順番が違ったら別の病気の可能性も。症状の経過をメモしておくとういでしょう。

ノロウイルスかな？と思ったら

物理的に除去

おんすい ぬが

温水で流す

ぬく さ

拭き取る

+

ウイルス不活化

じ あ えん そ さん

次亜塩素酸ナトリウム

しょうどく

消毒

(手の場合)

えた ばい

エタノール消毒

を基本に対応しましょう。

感染症流行の時期です。引き続き「手洗い・消毒・換気」を心掛けましょう。咳が出るときは、マスクの着用をお勧めします。

丁寧な健康観察で早期発見・早期対応

3学期も日々の健康観察と検温の御協力をよろしくお願いします。

***朝の時点で 37.5℃以上の発熱や、いつもと様子が違う場合、週末に体調がすぐれなかった場合など無理をせず自宅でゆっくり静養し、受診をされたときは結果をお知らせください。**

***登校後 37.5℃以上の発熱や、状態の変わる恐れのある場合**
本人の体の負担、また他の児童生徒への感染予防のために、スクールバスでは下校せずお迎えをお願いしています。

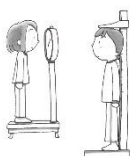
今日の体調は？

☐ 痛いところはない？
☐ 朝ごはんは食べた？
☐ 顔色はいい？
☐ よく眠れた？
☐ うんちは出た？
☐ 体温は ____℃



☑ 毎朝チェックしよう！

発育測定について



1月13日(火) 中学部
 1月14日(水) 高等部
 1月15日(木) 小学部