



釧路町立富原小学校  
ほけんしつ発行  
2024.11.1

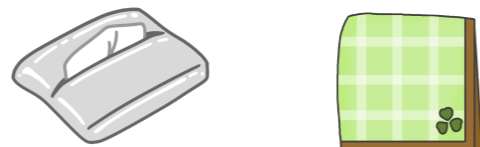
11月のほけんもくひょう  
いふくのちょうせいをしよう

先日、学校医の「おひさまクリニック」須貝先生よりお知らせ頂きました。  
釧路市内や白糠町でインフルエンザにかかった人が急に増えてきているそうです。

これからは、インフルエンザなどの感染症が増えてくるのが予想されます。すぐにできる予防方法はやはり

## 手洗い・うがい

手洗いのあとにはハンカチが必要です!!ティッシュも一緒に持参しましょう



## でセキが出る・のどがへん

などの症状があるときには、

## マスクをする

須貝先生から、

「予防接種を受けることも症状の悪化を防ぐ一つの方法です。」



# もう さむ～いよね

朝・夜、寒くなってきましたね。

登校・下校時の服装が少しずつかわってきています。

でも…

手をポケットに入れて歩いている人を見かけます。

半そでのTシャツを着て、「寒いです」「OOが痛いです」

と保健室にくる人もいます。

い服の調整をできるように工夫して健康にすごしましょう。



…保護者の方へ～朝の健康観察をお願いします。～…

注目ポイントはココ!

- 朝、スッキリ起きられず、だるそうにしている
- 食欲がない
- 顔色が悪い  
(顔色が青白い、または赤っぽい)
- 発熱している(熱っぽい)
- 声に元気がない



お子さんにいつもと違う様子や気になることがあったら、「大丈夫?」「体はだるくない?」など声をかけてみてください。体調が悪いときは無理をさせず、ゆっくり休ませることが大切です。