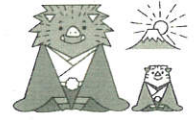




# こころ



おくれげせながら、今年もどうぞよろしくお願ひいたします。

あつという間に、1月も下旬です。天草小学校でのインフルエンザの流行は少し落ち着いています。しかし、油断せず、予防をしっかりとしましょう。

	熊本市	山鹿	菊池	阿蘇	御船	八代	水俣	人吉	有明	宇城	天草	県全体	全国
第52週 (12/24~12/30)	11.04	32.00	17.13	0.67	1.20	24.71	29.67	23.40	17.75	14.83	5.00	14.53	11.17
第1週 (12/31~1/6)	17.40	20.00	22.38	22.67	12.20	22.71	51.67	38.20	19.38	32.67	14.00	21.96	16.30
第2週 (1/7~1/13)	43.08	69.67	81.75	55.67	41.60	69.43	35.33	82.60	73.13	71.67	52.57	58.79	

【保健所別定点当たりの患者報告数】(熊本県健康危機管理課報道資料より 平成31年1月17日)  
県内全ての地域(保健所)で警報の基準値(定点あたり30)を超えているそうです。  
天草も超えています。外出される際はマスク着用や手洗いうがいなどをしっかりとくださいね。また、外出すると疲れが出ます。十分な睡眠をとり、しっかりと休養をしましょう!

## おうちの方へ

# インフルエンザの出席停止期間について

発症後5日を経過 + 解熱後2日を経過するまでは、  
学校はお休みになります。ゆっくり静養してください。

例	発症日 0日目	発症後 1日目	発症後 2日目	発症後 3日目	発症後 4日目	発症後 5日目	発症後 6日目	発症後 7日目
発症後2日目に 解熱した場合	発症 / 発熱 	発熱 	解熱 	解熱後 1日目	解熱後 2日目	※まだ発症後5日 を経過していない ため登校できない	登校可能 	
出席停止期間	→							
発症後4日目に 解熱した場合	発症 / 発熱 	発熱 	発熱 	発熱 	解熱 	解熱後 1日目	解熱後 2日目	登校可能 
出席停止期間	→							

インフルエンザにかかると、薬をもらい、あつという間に熱が下がったりします。熱が下がると子どもたちは元気ですごしているようですが、インフルエンザの出席停止は感染拡大防止のため設定されたものです。ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします!



しゅうかん さいのう こ  
よい習慣は才能を超越する!  
です。

さむ ぶゆ けん こう しゅう かん い しき  
寒ーい冬 健康 習慣 意識しよう



食べすぎ&運動不足になりがち。日常生活に運動を取り入れよう。



インフルエンザやノロウイルスの予防にしっかりと手洗い習慣を。



寒さ自体ストレス。楽しいこと、気持ちいいことを意識してやってみよう。



夜更かししないでしっかり睡眠。規則正しい生活習慣はキープ。

ちゃ  
お茶うがいをしています!

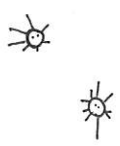
「集団感染を防ぐために」ということで、天草農業活性化協議会茶業部会より、お茶うがい用のお茶パックをいただきました。無償です☆。ありがたいですね。

緑茶に含まれる「カテキン」の殺菌作用によりウイルスに対して効果を発揮するそうです。上学年、下学年にキーパーに入れたお茶を一台ずつ置いてます。給食前と昼休みの後に行なっています。インフルエンザに負けず、元気にすごして欲しいです。



ある日の2年生。昼休みの後に、

キーパーからコップへ ⇒ はじめは、ぶくぶくうがい ⇒ 2回目はガラガラうがい

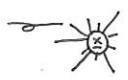


ぶくぶく!



ガラガラ!

ウイルスが  
1本の中に入りま  
せんように...。



もちろんです  
手洗いを  
忘れずに

身体視力測定をしています

結果の配付は、6年生まで全て測定が終わった後を予定しています。お知らせが届きましたら、病院受診などをお願いします。また、4月には定期健康診断があります。う歯治療などもあわせてお願いします。

