

「自分のため、人のために考動する笑顔いっばいさしきっ子」



令和5年12月  
佐敷小学校  
保健室 岩田

寒い冬がやってきました。手や足にしもやけができていたり、空気が乾燥しているなどの痛みやせきが出ていたり人などが多くみられるようになりました。体を温かくすることは病気の予防にもつながります。お風呂にゆっくりつかって、布団でぐっすりねるようにしましょう。

## マスクを正しくつけよう!

かぜやインフルエンザにかかった人は、1回のせきで約10万個、1回のくしゃみで約200万個ものウイルスを外に出しています。

マスクをする目的は、【①自分の飛沫で周りの人を感染させないこと、②周りのウイルスを吸い込まないようにすること】です。マスクを正しくつけ、ウイルスから自分と周りの人を守りましょう!



✕ あごにマスクをつけている	✕ 鼻が出ている	✕ あごが出ている	○ あご、口、鼻すべておおわれている

## ～体温計の使い方～

### ただ正しく測るためのポイント



下から上へ差し込み、  
体温計の先をわきのくぼみの中心部に当てる

もう一方の手で押さえてわきをしっかりと閉じる

保護者の方へ

おねがい

＜感染症の連絡について＞

11月中旬から、インフルエンザやそのほかの感染症が流行しています。病院受診をされ、感染症が判明した場合は、17時までに学校にご連絡をお願いします。

17時以降の連絡は、翌日からの出席停止とさせていただきます。ご理解とご協力のほど、どうぞよろしくお願いいたします。