



令和7年12月3日 藤井寺市立藤井寺南小学校
れいわねん がつ か ふじいでらしりつふじいでらみなみしょうがっこう
冬になると気温が下がって、空気が乾燥してカラカラになります。そんな季節は、かぜやインフルエンザが広がりやすい時期です。いろいろな感染症がありますが、予防の基本は同じ。手あらいや換気を、いつもよりしっかりしましょう。でも、冬には楽しいこともあります。たとえば、夜空の星は冬のほうがきれいに見えます。空気がすんでいるからです。あたたかい食べものも、寒い日に食べるととてもおいしいですね。健康に気をつけながら、冬ならではの楽しみを見つけてみましょう。

12月の保健行事

行事	対象者	日付	内容
性と健康についてのお話	4年	12/9(火)	思春期における体と心の変化について、藤井寺市健康・医療連携課の保健師さんのお話を聞きます。
色覚検査	1年 希望者のみ	12/10(水) 11(木)	2年生以上の人で、これまでに色覚検査を受けたことがないなど、検査を希望する場合は、担任までお知らせください。

4年生保護者のみなさま 「性と健康についてのお話」では、藤井寺市健康・医療連携課の保健師さんより、思春期における体と心の変化や健康に成長するために大切なことなどについて、話を聞きます。ぜひご家庭でも話題にしていただき、心配なことや困ったことがあるときは一人で抱え込まずに相談するよう、お話しいただければと思います。よろしくお願いします。

ふゆ あたたかく すごそう



首、手首、足首の3つを
あたためよう



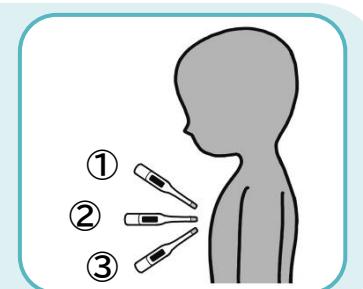
お風呂にゆっくりつかろう



あたたかいものを飲もう

ほけんしつクイズ ~かぜ予防編~

ワキで体温をかるとき、体温計を差す向きが正しいのはどれ?
*答えは教室または保健室前に掲示しているほけんだよりの裏面に書いているよ!



保護者のみなさまへ

風邪やインフルエンザが流行する季節となりました。本校でも、発熱や風邪、インフルエンザなどで欠席・早退する児童が増加し、学級閉鎖をしたクラスもありました。登校前に健康観察をしていただき、体調が悪い時は、無理をせず休養させてください。インフルエンザ等、出席停止となる感染症と診断されたときは、速やかに学校までお知らせください。なお、インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症と診断されたときの「傷病証明書」は不要です。医師の指示に従い、必要な日数の自宅療養を行ってください。インフルエンザ・新型コロナ以外の出席停止となる感染症（おたふくかぜ、みずぼうそうなど）と診断されたときは、「傷病証明書」が必要となりますので、証明用紙をお渡しします。（藤南小ホームページからダウンロードすることもできます）

インフルエンザ出席停止期間の目安

	発症日	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8日目
発症後1日目に解熱した場合	発熱	解熱	解熱	解熱	登校	登校	登校可		
発症後2日目に解熱した場合	発熱	発熱	解熱	解熱	登校	登校	登校可		
発症後3日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱	解熱	登校可		
発症後4日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱	登校可		
発症後5日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱	登校可	