

今年も残りわずかとなり、寒さが一段と厳しくなる季節になりました。

年末年始は、子ども達が心身ともに健康で新しい年を迎えられるよう、ご家庭でも引き続き健康管理をお願いいたします。みなさま、よい年末年始をお過ごしください。



空気が乾燥してくると、お肌から粉をふいてしまったり、唇が割れてしまったり、指先にあかぎれができてしまったりして、痛みや出血から保健室に来室する児童が増えてきます。

保健室では、水分補給や保湿クリームを塗ることに加え、水で濡れた後は水分をしっかりと拭き取ることなども子ども達に指導しています。

ご家庭でも保湿についてお話をお願いいたします。

今年も、インフルエンザやノロウイルスによる感染性胃腸炎など、冬の季節性感染症の流行がみられる時季になりました。

複数の体調不良者（発熱等）が確認された場合、学級閉鎖や学年閉鎖、学校閉鎖の措置を取ることがあります（学年や学級の状況によって、きょうだいでも対応が違う場合があります。学校からの連絡にご注意ください）。



感染症の流行・り患・欠席状況などは随時お知らせしていきますが、家庭での体調管理や毎日の健康観察をお願いします。

体調がすぐれないときは、速やかに学校に連絡のうえ、医療機関を受診してください。



食中毒に気を付けて！

食中毒の患者数が一番多いのは冬です。中でも注意したいのが、ノロウイルスによる感染。ノロウイルスは、感染者の吐物や排泄物（便）などを介して、人から人へと感染します。感染予防のため、次のことにご注意ください。

- 調理前やトイレの後は、石けんを使って手洗いをする。
- 食材によく火を通す。（85℃以上で1分以上加熱する）
- 生ものとそれ以外のものを分けて調理する。（調理器具に気を付ける）
- 吐物の後始末やトイレ、感染者が手を触れたところは、家庭用塩素系漂白剤を使って掃除を徹底する。

1月7日は七草「爪」!?

1月7日は七草がゆを食べる風習がありますが、「爪切りの日」でもあります。七草の一つである「なずな」をお湯に浮かべたものに指を入れ、その年に初めて爪を切ると、よくないものをよせつけないといわれている「七草爪」の風習からきています。爪が伸びていると、爪と指の間によごれがたまったり、自分や他の人を引っかいて傷つけたりしてしまうことがあります。今年もせいけつを保つために、爪はこまめに切りましょう。

