

# ほけんだより

平成29年2月3日

磯部小学校保健室



今日は、豆まきフェスティバルがありました。節分の日を境にして、季節は冬から春へと変わります。日本では、春のはじめに低気圧と高気圧が交互にやってきて、寒くなったり、暖かくなったりという気温の変化を繰り返すことが多くなります。このような気温の変化で体調を崩さないよう、毎日たっぷり寝て、疲れをためないようにしましょう。



## う・ま・く・き・た・え・て



先月の朝会時に、かぜ・インフルエンザ予防についての保健指導をしました。予防のポイントの頭文字を並べた「うまくきたえて」という合言葉を、子どもたちと一緒に確認しました。ご家庭でもぜひ、合言葉にして家族全員で感染症予防に努めてください。

- う** … うがいをする。
- ま** … マスクをつける。
- く** … 空気の入れ換えをする。
- き** … 規則正しい生活をする。
- た** … 体力をつける。
- え** … 栄養バランスのよい食事をする。
- て** … 手洗いをする。ハンカチを忘れない。

## 地域の感染症発生状況

(2月3日現在)

人混みに出る際はマスクをつけ、帰宅後は、手洗い・うがいをしましょう。

地域	欠席・出席停止者	欠席者の症状 (%)						出席停止 (人数)					学級閉鎖
		発熱	頭痛	かぜ症状	下痢・腹痛	吐き気・嘔吐	その他	インフルエンザ	感染性胃腸炎	溶連菌感染症	おたふくかぜ	マイコプラズマ感染症	
糸魚川市	2.47	0.35	0.19	0.16	0.19	0.16	0.13	26	5	1	10	1	0
能生中校区	2.52	0.36	0.18	0.00	0.18	0.36	0.36	3	1	0	3	0	0
糸東中校区	2.21	0.44	0.00	0.22	0.22	0.44	0	0	0	0	4	0	0
糸中校区	3.05	0.33	0.33	0.13	0.27	0.07	0	22	4	1	3	1	2
青海中校区	0.90	0.36	0.00	0.36	0.00	0.00	0	1	0	0	0	0	0
当校	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0

