

あめぞら

12月

(保健だより)

令和7年12月 志木小 保健室



あっという間に2025年も残り1か月ですね。日に日に寒くなって、体調をくずす人が増えています。今月は持久走記録会があります。万全の状態で走れるように、かぜ予防の基本の「手洗い」「せきエチケット」と、走る前の準備体操をしっかりしてください。また、25日からは冬休みが始まります。全員が無事に2学期をしめくくれるように、よくねて、よく食べ、よく運動して、元気に毎日を過ごしましょう。

12月の保健目標 冬を健康にすごそう

志木小でもすでにいくつかのクラスで学級閉鎖をしたように、今年はインフルエンザの流行が早くから始まっています。埼玉県は例年より約1か月も早く、インフルエンザの流行警報を出しました。もちろん、新型コロナウイルス感染症やマイコプラズマ肺炎、感染性胃腸炎などもなくなっていないので、これらの時期は注意しなければならない感染症がたくさんあります。

でも、どの感染症でも予防方法は基本的に同じです。一人ひとりが予防して、流行を防ぎましょう！



保護者の皆様へ

感染症が流行する時期となりました。お子さまが出席停止となる感染症にかかった場合は、さくら連絡網で感染症名と出席停止となる期間（医師の指示によるもの）をお知らせください。以前提出していただいた「登校届」や医師による証明書の提出は必要ありません。