



## 感染症

# みんなで協力して 流行を防ぎましょう



バランスのとれた食事

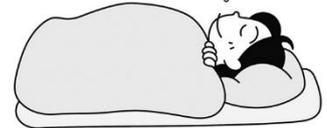


適度な運動



予防接種

十分な睡眠



## 感染症予防の3原則

抵抗力を高める

### 感染経路の遮断



### 感染源の除去



11月 保健チェック（ハンカチ・ティッシュを持っている、爪を短く切っている）の結果

学年・学級	ハンカチを持っている	ティッシュを持っている	爪を短く切っている
1年生	56%	51%	74%
2年生	55%	53%	92%
3年生	64%	55%	79%
ひまわり	81%	71%	93%

保健委員会が月に一回、保健チェックを実施しています。以前から学校のトイレトペーパーで鼻をかんでいる人や、自分の机に置いてティッシュ代わりに使っている人がいます。トイレトペーパーはトイレで使うものであり、私物ではありません。必ず自分でティッシュを持てきましょう。

# 12月10日は世界人権デー

みなさんは「人権」と聞いて、どのようなことを思い浮かべますか。道徳の授業や社会科の歴史、幸せに生きていくための権利など、小学生の時からずっと勉強してきているので、なにか思い浮かぶことがあると思います。

今、あなたの人権は守られていますか。あなたは、周りの人の人権を守っていますか。

もし、自分の人権が守られていないと感じている人や、自分が周りの人の人権を守ることができていないと感じている人がいたら、そのことを信頼できる人に話してください。友達でもいいですし、家族や親せき、先生、スクールカウンセラーなど、みなさんの近くにはたくさんの大人がいます。自分のこと、周りの人を大切にしようとする気持ちとその行動が「人権を守る」ことの第一歩になると思います。

南大谷中のみなさんが「人権を守る」ことができる大人になってほしいと、いつも願っています。

## 冬休みの健康のために注意してほしいこと

※感染症が流行る時期でもあります。手洗いや人ごみを避けるなどの予防も続けてください。



### 危険な誘惑

タバコやアルコール、薬物など、誘われてもきっぱり断る



### 夜ふかし

休み中も早寝早起きして規則正しい生活リズムを守ろう



### 食べすぎ

年末年始は楽しみなイベント続き。腹八分目を意識しよう

### 保護者の皆様

日頃から本校の教育活動に御協力いただき、ありがとうございます。

インフルエンザは抗ウイルス薬の服用によって、熱が下がっている場合もありますが、集団での流行予防のために出席停止期間を守っていただきますよう、御理解と御協力をお願いします。「学校感染症罹患届」は、ホームページからダウンロードすることができます。「登校許可証」が必要な11種類の疾患の場合は、学校でお渡しいたしますので、ご連絡をお願いいたします。

学校では様々な感染症の予防に努めています。麻しん（はしか）、風しん（三日はしか）のワクチン接種がまだの方には接種をお勧めしています。

お子様の健康に関することで心配なことや気になることがありましたら、どんなことでも構いませんので学校までご連絡ください。

なぜ

感染症

保健室の来室者が増加中です

