



令和7年12月 4日
府中市立武藏台小学校
保健室

インフルエンザ・胃腸炎が流行しています

気温が下がり空気が乾燥しています。感染症流行シーズンになりました。今年は例年より早く流行し、市内でも学級閉鎖の報告が続いている。先月は、本校でも高学年が学級閉鎖を行いました。

感染予防の基本は同じです。感染予防対策をいつも以上に念入りにしましょう。

人ごみの中や校外のスポーツ活動での交流など、引き続き感染予防対策が必要です。

1. ウイルスを近づけない

感染源になるウイルスは目に見えません。

空気中に漂っていたり、気づかぬうちに手についたりします。

換気でウイルスを部屋の外へ逃がす、手洗いで洗い流すなどを続けていきましょう。

2. 免疫力を高める

もともと人の体に備わっている「免疫力」を高めれば、ウイルスが体に入ってきたときも、外に追い出したりやっつけたりしてくれます。規則正しい生活を続けましょう。

3. うつらない・うつさない

他の人から感染するリスクが高まる行動や、自分が感染してしまった時に人にうつす危険がある行動は避けましょう。



寒くても外に出てみよう

ピョンピヨンタイムが始まりました。短縄・長縄それぞれ練習しています。縄が当たると痛いけれど、寒い時期の体力づくりに最適です。楽しみながら跳びましょう。他にも、霜柱・氷・雪など冬だけの楽しみが見つかるかもしれません。



踏むとザクザク楽しい音が。
土の地面を歩いてみよう。



雪を黒い画用紙などの上に置いてみよう。結晶が見えるよ。





冬休み 歯みがき週間について

12月26日（金）～1月7日（水）歯みがき週間を実施します。

1・2・3年生は、歯みがきカレンダーに取り組みます。

1日3回食後の歯みがきをし、できたら歯みがきカレンダーに色を塗ります。昼は、ブクブクうがいでよいです。

4・5・6年生は、歯垢染め出し検査をおうちの人と一緒に取り組みます。

検査後は、赤く染まったところに注意して、ていねいに歯みがきをしましょう。
染め出し液の成分が気になる方は、使用せずに汚れやすいところを記入します。

それぞれプリントに記入して、1月8日（木）に担任の先生



○○ご家庭でのご支援・ご協力をお願いします。○○



冬休み 誘惑に負けず、お酒やたばこは断ろう！