

インフルエンザに注意

新型コロナウイルス感染症も

市内で、インフルエンザによる学級閉鎖の報告が続いています。B型の報告も出ています。武蔵台小でも、休み明けインフルエンザA型、B型、新型コロナウイルス感染症の報告がありました。

風邪症状があり長引く時は病院受診をおすすめします、熱はなくてもひどい倦怠感があるときは、無理に登校させず、ご家庭で経過をみていただき病院受診をおすすめします。

また、腹痛・下痢・吐き気・嘔吐・気持ち悪さがある場合は胃腸炎かもしれません。家庭内で感染が広がらないよう、予防対策をお願いします。

咳エチケットを心がけましょう

咳やくしゃみの飛沫が、人にかからないようにしましょう。手で口や鼻をふさぐと、ウイルスがついてしまい、さらに手で触った場所へ広がってしまいます。マスクやハンカチ、服の袖で覆うと安心です。手が汚れてしまったら、石けんで洗いましょう。

●インフルエンザ・コロナは、[登校連絡票](#)を学校HPからダウンロードできます。



2/5(木) 3年生 歯みがき指導を行います



学校歯科医の鈴木先生と一緒に、歯みがき指導を行います。歯の生え変わり時期は、みがきに多く工夫が必要です。歯垢染め出し検査を行い、歯垢が残りやすい場所を確認し、毎日の歯みがきに生かしてほしいと思っています。(持ち物は別紙参照)

また、自分でみがけていてもお家の方の仕上げみがきを引き続きお願いします。

冬の外遊び

1月は、全校児童がランランタイムで元気に校庭を走る姿が見られました。それぞれの目標を達成できたでしょうか。冬は寒くて外に出たくない気持ちになります。でも、お日さまにあたって外で遊ぶことは、丈夫な体を作るために大切です。

次のことに気をつけて、晴れた日は外遊びをしましょう。

1. 寒さを防いで温度調節できる服を着る
冷たい空気を防ぐ上着を着ましょう。

暑くなったらすぐに脱げるものが良いです。重ね着のしすぎで、動きにくくならないように気をつけてください。

2. 水分をとる
遊ぶと汗をかきます。冬は空気も乾燥しているので、しっかり水分をとりましょう。