



あと少しで今年度も終わりですが……。ここへ来て、上柴中では再びインフルエンザB型が流行しています。また、溶連菌も出ています。

今年は寒い日が多く、空気も乾燥しているせいでしょうか。疲れていると抵抗力が弱まり、たちまち感染しまうので、早く寝て睡眠を十分にとりましょう。また、手洗い・うがいもこまめに行いましょう。



【インフルエンザ等出席停止状況】

	3/13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	19(月)	21(水)
1年生(人)	1	1	4	4	6	6
2年生(人)	0	0	0	0	1	2

※本日 3/21 (水) “発熱、頭痛”などの欠席は14人、早退は7人です。

朝、家を出る前に健康チェックを！

- ・ 頭痛はないか？
- ・ 熱はないか？
- ・ 関節は痛くないか？
- ・ 喉は痛くないか？
- ・ お腹の調子は大丈夫か？
- ・ 寒気はないか？
- ・ 食欲はあるか？
- ・ だるい、気持ち悪いなどは？



クラスでの「朝の健康観察」も、きちんと担任の先生に、自分の体調を伝えましょう。

お・ね・が・い

- * 朝から体調がおかしいな…と感じたら、必ず体温を測ってください。
朝から37℃以上ある場合は、登校せず、まずは家で様子を見てください。登校してすぐに早退となる人もいます。
周りの人にもうつしてしまいますので、無理に登校しないでください。
- * インフルエンザ、溶連菌、ウィルス性胃腸炎は、学校へ連絡のあった日から「出席停止」となります。
速やかに連絡してください。
(インフルエンザは熱が上がってから、8時間以上経過しないと、陽性にならない場合があります。ご注意ください。)

春休み中に病気の治療を！



むし歯、歯石、歯肉炎、視力異常…
まだ治していない人は、一日も早く治療へ行きましょう。新年度にすぐ検診があります。

スポーツ振興センターの申請はお済みですか？



今年度、学校管理下でけがをして、医療機関へかかった人で、スポーツ振興センターの申請がまだの人は、保健室まで申し出てください。

*** 残り少ない今年度です。病気に負けないよう、健康管理に注意しましょう。***

