

# 1まけんだより

川上小学校  
令和6年11月12日

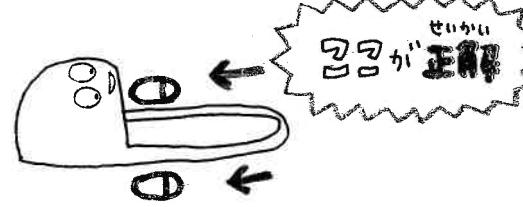
少し前まで暑かったのに、急に涼しくなりました。季節は冬に進んでいて、1日の寒暖差が大きくなっています。寒暖差が大きいとエネルギーがたくせん必要になり、疲れがたまりやすいです。着るものを調整したり、あたたかいものを食べたりに、体調管理に気をつけましょう。そして、本格的な冬を迎える準備を少しずつ始めましょう。

## トイレの日



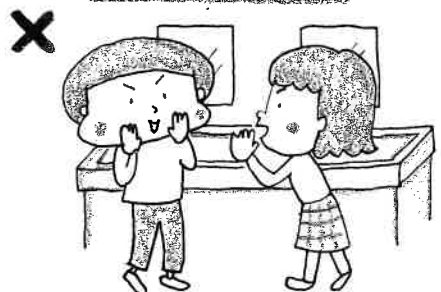
もうすぐ2・4・6年生のトイレ工事が完了します。清潔なトイレは気持ちが良いですね。みんなが気持ちよく利用できるように、ひとりひとりがルールやマナーを守りましょう。

### 和式トイレの足の位置



和式トイレのまわりにおしっこがあふれていることがよくあります。正しい位置に足を置いておしっこやうんちがはみ出ないように気をつけましょう。  
※ 汚れがひどい時は、先生に知らせましょう

### 使い方のマナー

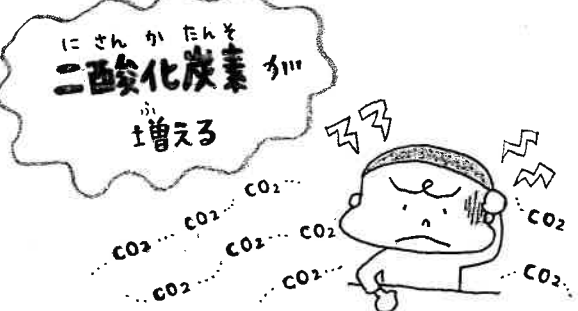


トイレの中や手洗い場で友達とおしゃべりを続けると、他の人が落ち着いてトイレを使えないので、マナー違反です。トイレがすんだらすぐにもどりましょう。



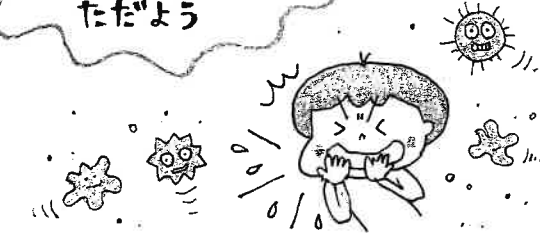
# 換気でリフレッシュ

## 換気をしないと...



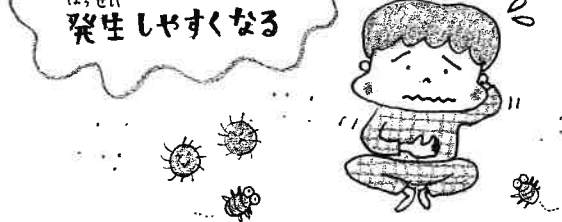
人は1日に480Lの二酸化炭素を出します。空気中に二酸化炭素が増えると、頭痛や吐き気の原因になります。

## ウイルスや細菌がただよう



室内にウイルスや細菌がとどまって、かぜやインフルエンザなどにかかりやすくなります。

## カビやダニが発生しやすくなる



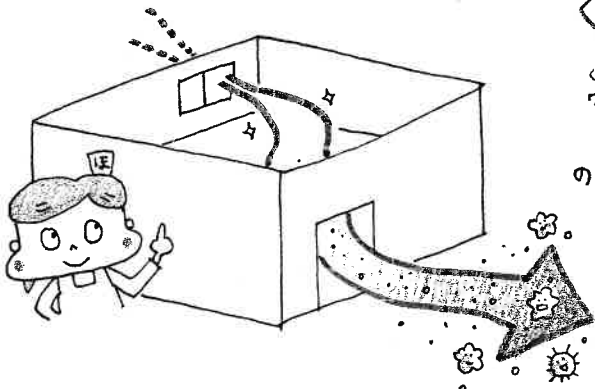
窓を閉めきっていると結露がでやすくなります。結露はカビやダニが発生しやすくなり、アレルギーの原因になります。

## においがこもる



汗や食べものなどのにおいがこもって、いやなにおいになります。

## 上手な換気のしかた



空気の「入口」と「出口」ができるように2ヶ所以上の窓やドアを開けましょう。部屋の対角線の窓を開けると効果的です。新鮮な空気は脳の働きを活性化させるので、気分がスッキリして集中力が高まるよ!

保護者のみなさまへ

### 体調不良時の対応について(お願い)

平素より子どもたちの健康管理および早退を含む体調不良時の対応にご理解ご協力をいただき、ありがとうございます。いよいよ寒さを感じるようになり、風邪やインフルエンザ等の感染症の流行が心配される季節となりました。現在のところ、本校では感染症の流行はみられません。今後の流行に備えて、以下について引き続きご理解とご協力をいただきますようお願いいたします。



#### ●登校前のご家庭での健康観察をお願いします

- ・登校前の健康観察時に発熱等の風邪症状がある場合は、無理に登校せず、ご家庭での休養をご検討ください。
- ・登校後、学校で体調が悪くなった場合は連絡をいたしますので、できる限り早くお迎えに来てください。

#### ●いつでも連絡がとれる連絡先をお知らせください

- ・体調不良およびけがについての緊急連絡をする際に、ご家庭に連絡がつかない場合があります。その場合は、けがの対応についてご相談ができず、また、体調不良の場合は長時間学校で待機することになります。緊急連絡先に変更がある場合は、必ずお知らせください。
- ・お仕事をされている場合は、職場の連絡先をお知らせいただくと連絡がスムーズにとれるかと思っておりますので、ご協力をお願いいたします。

#### ●新型コロナウイルス感染症およびインフルエンザは「意見書」の提出は不要です

- ・今年度も上記の感染症については、医療のひっ迫を回避するため、「意見書」の提出は不要です。医療機関で診断を受けた場合は、学校にご連絡をお願いします。

#### ★新型コロナウイルス感染症の出席停止期間★

「発症した後五日を経過し、かつ、症状が軽快した後一日を経過するまで」

#### ★インフルエンザの出席停止期間★

「発症した後五日を経過し、かつ、症状が軽快した後二日(幼児は三日)を経過するまで」