

インフルエンザ流行のお知らせ

保健室からインフルエンザ流行のお知らせです。給食を食べながら、耳を傾けてください。

さて、今、みなさんの家族でインフルエンザや胃腸炎にかかっている人は、いませんか？実は、須賀川市では先週くらいから、高校でインフルエンザが大変多くなりました。そして、今週は、中学校、小学校にも広がっています。

「病気にならずに元気に過ごしたい！」と思うのは、みんなの共通した願いですが、そのためには、どんなことに気をつけて、行動したらよいでしょう。

なるほど・・・教室の方から「てまき」という言葉が聞こえてきましたよ。

白方小学校では、冬の元気の合い言葉として「てまき」の呼びかけをしています。この中に、病気にかからないためのポイントが入っているんです。それでは、ここで『てまき』を一つずつ思い出してみましよう。

てまきの

て！ 手洗い・うがい。石けんをつけて、一日3回以上が目安です。特に、トイレの後にはトイレの中の水道で、石けんをつけてしっかりと手をやりましよう。

ま！ マスク。咳が出る人はもちろん、乾燥も防ぐので、今の時期は具合の悪くない人もどんどんつけましよう。今学校では、全員マスクをつけて過ごすことにしています。お家を出る前にマスクをつけて登校ましよう。

き！ 空気の入れかえ・規則正しい生活です。休み時間には、廊下と校庭がわの窓を両方開けて、部屋がひんやりするまで、しっかり窓を開けましよう。教室の中で、お当番さんを決めておくのもいい方法です。

白方小の、病気を防ぐ冬の元気の合い言葉『てまき』思い出ましましたか。今朝は、登校後のうがい手洗いができていた人は、111人中60人（54%）、半分くらいでした。ぜひ、合い言葉をみんなが実行して、毎日元気に登校できることを願っています。

今日は、インフルエンザの予防と、「てまき」のお話をましました。おわります。