



ほけんだより11月

令和7年11月14日
板橋区立蓮根第二小学校

冬の足音が聞こえてきました。板橋区ではインフルエンザで学級閉鎖をする学校が増えてきています。蓮二小でもインフルエンザのによるお休みが増えてきました。クラスでお休みが多くなった時に、マスクをするように指導することもありますので、予備のマスクをランドセルに入れて持たせてください。

手洗い、うがい（こまめな水分摂取でものどが潤います）、栄養、睡眠を十分にとり体の免疫力を高めておきましょう。

毎朝の健康観察をしていただき、体調を整えてからの登校に御協力よろしくお願いします。

インフルエンザなど学校感染症にかかった時は、すぐに学校にお知らせください。胃腸炎には「感染性胃腸炎」と感染性ではない胃腸炎があります。「感染性胃腸炎」の場合は出席停止になりますので、受診時に御確認ください。登校届は学校からお渡しするか、蓮二小のホームページからダウンロードできます。病院で記入していただいてから登校してください。



咳、くしゃみがでたら
マスクをつける

マスクがないときは
ティッシュで鼻と口を
おおう

ウイルスが付いた液（飛沫）
が飛ぶのを防いでくれます

ハンカチ・ティッシュ
を身に付けよう！

マスクをすると、のどがかわく
のを防いでくれます

ウイルスの付いた手で、鼻や口に
さわるのを防いでくれます