



流山市立
流山北小学校
No. 9
R5. 12. 4

12月になりました。やっと冬の空気を感じるようになりましたね。マラソン大会も終わり、みなさんの頑張る姿に元気をもらいました。11月は感染症が心配な一ヶ月でした。年末年始を楽しく元気に迎えられるように、体調に注意しましょうね。冬休みまで学校行事もありますので、感染予防をみんなでしっかり取り組みましょう。



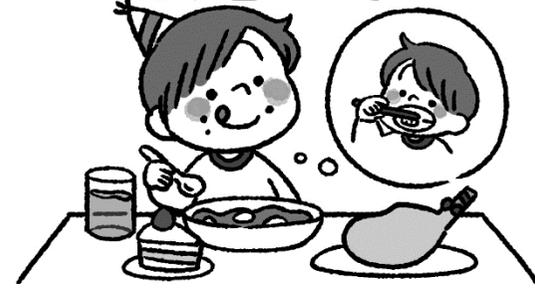
冬休み、これに気をつけて！

もうすぐ楽しい冬休みですね！楽しい予定を入れている人も多いのではないですか？冬は日が暮れるのがとても早いです。遊びに出かけるときは必ず、お家の人と【どこで？誰と？何をして？何時に帰る？】のか確認しましょう。遊びに行くときにやくそく約束です。

「どこで/誰と/何をして/
何時に帰る」を忘れずに



おいしいものを食べた後も
必ず歯みがき！



冬休みはクリスマスにお正月、楽しい行事もたくさんありますね。おいしいものを食べたあとは、歯みがきを忘れずにしてくださいね！北小の今年の歯科検診治療率は65.6%でした。例年に比べるととても高いです。歯の健康を守るために、定期検診と歯みがきをしっかりとしましょう。

さむいといついつい体を動かすことが、少なくなりますね。強い体をつくると、病気から身を守ることにつながります。日中の日差しがあたたかい時間に少しでもよいので、外へ出て体を動かしましょう。お散歩もよいですね！

さむいけど、うんどう！びょうきをよぼう



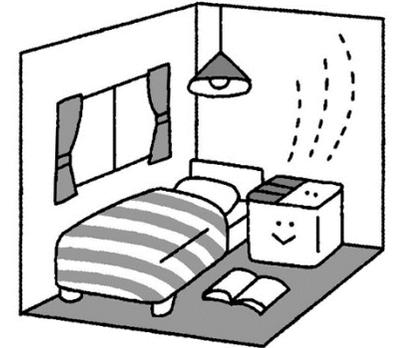
かぜのひきはじめの注意 悪化させないために



とにかく休む
(あたたかくして早寝しよう)



しっかり食べて栄養をとる
(ビタミンCがおススメ)



室内を適度な温度・湿度に
(温度21~24°C、湿度60%前後)

「なんだか体調がわるいな…」と思ったときは、無理せずに体を休めましょう。

感染症の時のお休みの目安は…

11月は感染症が心配な時期が続きました。学級閉鎖やお休みの児童が増え、学校行事が延期…ということもありましたね。インフルエンザと新型コロナのお休み期間の目安を載せます。あくまでも目安です。基本的には受診した病院の指示をきいていただければと思います。

発症日を入れてね。



登校再開目安早見表



	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	
	にち日	にち日	にち日	にち日	にち日	にち日	にち日	にち日	にち日	
新型コロナ	★	症状軽快					登校再開			
	★		症状軽快				登校再開			
	★			症状軽快			登校再開			
	★				症状軽快		登校再開			
	★		🦠			症状軽快		登校再開		
🦠	コロナもインフルもここは同じ / 基本「発症日を0日目として5日を経過するまで」						コロナは「かつ症状が軽快した後 1日を経過するまで」 インフルは「かつ解熱後 2日を経過するまで」			
インフル	★	解熱					登校再開			
	★		解熱				登校再開			
	★			解熱			登校再開			
	★				解熱		登校再開			
	★					解熱		登校再開		



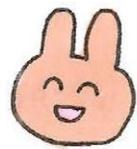
4 一日目の夕方に湯元温泉の源泉をみました。あたたかいところはみんなですわめてたしかめしました。



5 一日目に一番もりあがったのは、夜ごはん後のレクだったのでは?? オープニングから動画がおもしろくて先生クイズやビンゴ大会もみんなですわって楽しかったなあ...



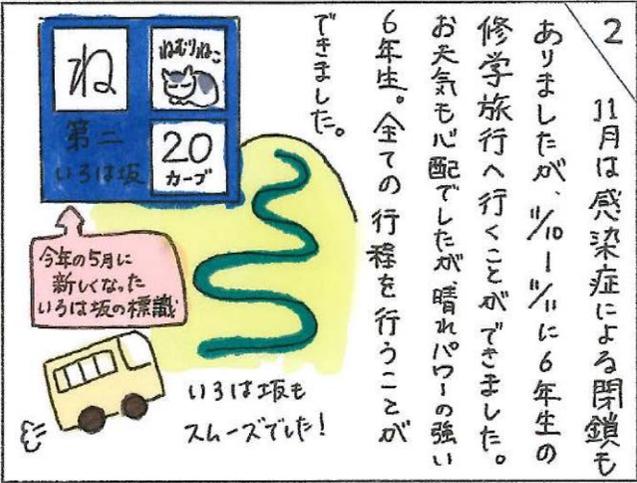
6 2日目は、宿にさよならをして、竜頭の滝と華厳の滝を見学しました。華厳の滝は高さ97mを流れおろる滝!! そのすいすい流れやうな迫力にみんなビックリ!! なみなみ見られない景色でした!!



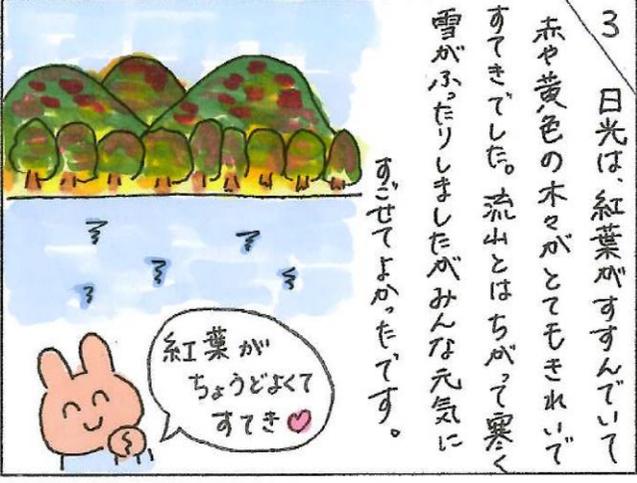
日光へ いったよ の巻



1 マラソン大会、みなさん頑張りましたね!! お天気もよくて元氣一杯走る姿に感動☆ とってもステキでした。おつかれさまです。



2 11月は感染症による閉鎖もありましたが、10月1日に6年生の修学旅行へ行くことができました。お天気も心配でしたが暗れパワーの強い6年生。全ての行程を行うことができました。



3 日光は、紅葉がすすんでいて赤や黄色の木々がとてもきれいであてきてました。流山とはちがって寒く雪がふたりしました。みな元氣に遊べてよかったです。



3 12月は延期になっていた3年生と4年生の校外学習に行きます。楽しみにすね!! 寒いと思いますので、あたたかい服装で参加して下さいね☆



4 冬休みはもうすぐです!! 楽しい思い出をたくさんつくってね!! 1月に元氣に合えます 健康



日光へ いったよ の巻



1 滝を見学したあとは、日光東照宮へ行きました。この日は観光のお客さんがたくさんいました。その中でも北小のみんなは立派な見学の態度ですばらしかったです。



2 有名な三猿のいる神楽舎は、とても馬をのぶ場所です。今年初めて中に本物の馬がゴッソリ!! きれいな白馬が移動する様子も見ることができて貴重な経験でした!!

こんげつ 今月の まちがえさがし☆まちがえは7つ! 答えは保健室の前にはってあるよ!

