

感染症の予防対策

予防を心がけ 流行を阻止しよう!

<p>こまめにうがい・手洗い</p>	<p>バランスのよい食事</p> <p>ビタミンCも たっぷりと</p>	<p>しっかり睡眠</p>
<p>気温に合わせて衣服の調節</p> <p>暑くは 着たり... 寒い時は 脱いだり</p>	<p>肌着をきちんと着る</p> <p>暑い時は 汗を吸い 寒い時は 保温 してあげる</p>	<p>部屋の換気をする</p>
<p>人混みを避ける</p>	<p>適度に運動</p>	<p>ストレス発散</p> <p>おどろき...? 病は気から...</p>

感染症の予防対策 ☆ おうちの人による 登校前の健康観察を お願いします

<p>体温が平熱よりも 1℃ 高いときは 休養をおすすめします。</p>	<p>無理をして登校する場合は... 体育の見学届などの準備と いつでも早退できるように 連絡先の確認を忘れずに!!</p>	<p>欠席・遅刻の連絡は朝のうちに。 症状をくわしく教えていただけると 助かります。</p> <p>感染症の場合 出席停止です</p> <p>××欠席扱いにはなりません××</p>
--------------------------------------	--	---