

今年度も残りわずかとなりました。2月は例年に比べて、「日差しが暑い」と感じる日もあれば、北風が冷たく、真冬に逆戻りする日もあり、寒暖差で体調を崩す児童もいました。今後は花粉症の症状も出てくると思われます。少しでも元気に過ごせるように、残りの期間も規則正しい生活習慣を心がけるよう、お声かけをお願いいたします。



食事中の誤嚥や窒息を防ぐために



先月、福岡県の小学校で1年生の男子児童が給食中にうずらの卵をのどに詰まらせて、亡くなるという悲しい事故が起こりました。誤嚥による窒息は、誰にでも起こり得ることであり、厚生労働省の調べによると、食べ物による窒息が原因で死亡する人は、毎年4000人以上いるそうです。コロナ禍の感染症予防対策のために行われていた黙食も緩和され、給食時間中に子供たちが、友達と楽しそうに過ごしている姿を見かけます。ただ、食事中でも一歩間違えると命の危険があるということを改めて意識し、下の「食事に気を付けること」について、子供たちに指導をしました。

★★ 食事に気を付けること ★★

①食べ物を口の中に詰め込みすぎない



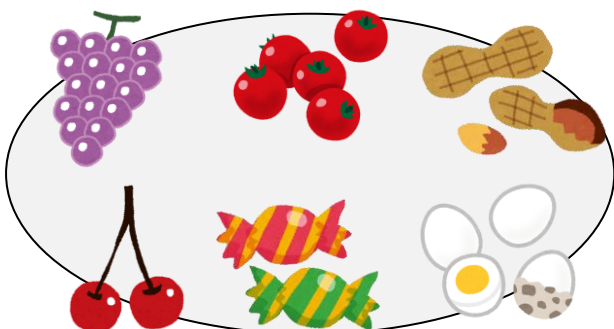
②食べ物を口の中に入れて、会話やよそ見、立ち歩き、ふざけたりしない



③よくかむ
(ひとくち約30回)



★ 特に子供は丸い食べ物に注意 ★



ご家庭でも基本的な食事のマナー等とあわせて、これらのことについても、お声かけをお願いいたします。



2月の保健室利用状況

けが 80人 病気 23人

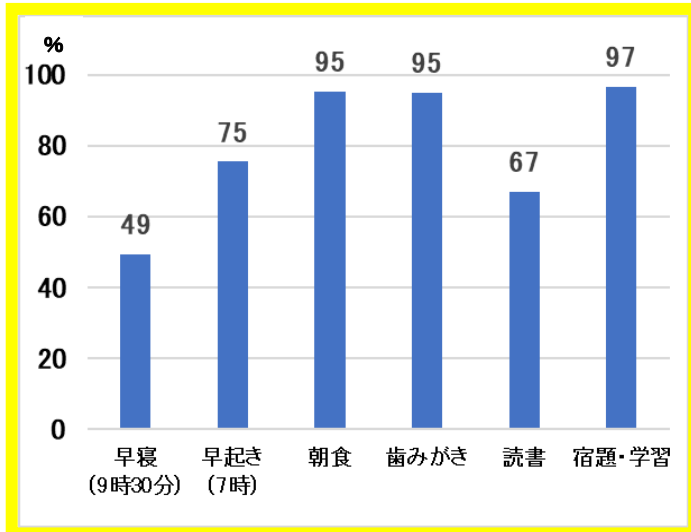
2月の感染症情報

インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症
咽頭結膜熱(プール熱)・溶連菌感染症

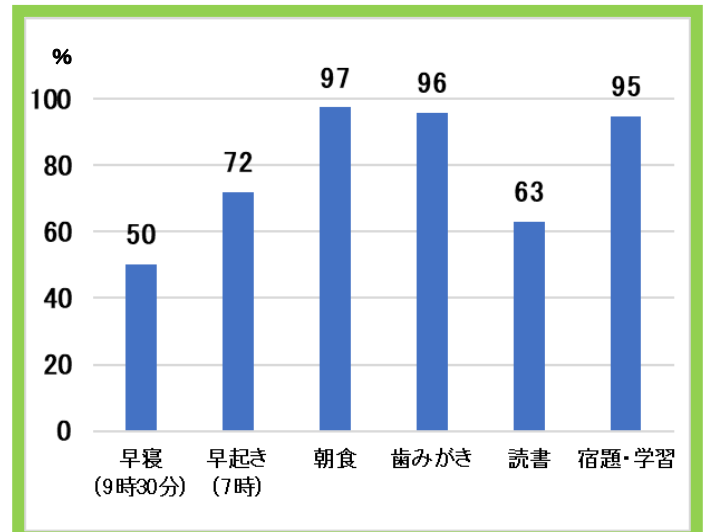
「生活リズムチェック」1年間のまとめ

今年度も「生活リズムチェック」に、ご協力いただきありがとうございました。下のグラフはそれぞれの質問項目で「できた」と回答した児童(全学年)の9月・1月の平均を表しています。

9月・夏休み明け



1月・冬休み明け



まとめ

「夜9時30分までに寝る」は1年間を通して、「できた」と回答した児童が少なかったです。特に学年が上がるにつれて、遅い時間まで起きている児童が多いようです。朝食や歯みがき、宿題等の学習はできている児童が多く、今後も継続して行ってほしいと思います。

おうちの人から

- ・観たいテレビをがまんして、早寝しました。えらい!
- ・時間を気にしながら、生活ができていました。成長を感じました。
- ・妹のお世話も手伝ってくれて助かりました。がんばっていましたね!
- ・ゲームやスマホの時間が多いので、読書をたくさんするようにしましょう。



3月の保健目標

◎健康生活の反省をしよう

◎耳を大切にしよう



児童の皆さん

3月9日は「サンキューの日」です。いつも、お世話になっている人たちに感謝の気持ちを積極的に伝えましょう。

サンキューの日

「ありがとうを伝えよう」

