

# 保健だより

令和5年7月3日  
墨田区立中和小学校  
校長 影山 祥仁

日差しが強く、蒸し暑い日が続くようになってきました。夏休みまで約2週間です。夏休みの予定を楽しそうに話している子供たちの姿を見かけるようになりました。健康に気を付けて、思い出がたくさん残る夏休みになってほしいと思います。



## 身体測定の結果（平均）



4月に全学年で身体測定（身長・体重）を行いました。各学年の平均は以下の通りになりますので、参考にいただければと思います。

身長：cm 体重：kg

平均	男子		女子	
	身長	体重	身長	体重
1年生	118.6	21.8	115.7	21.3
2年生	124.8	25.3	121.7	24.1
3年生	127.5	28.1	130.4	29.8
4年生	135.3	31.0	134.4	32.0
5年生	141.0	34.9	142.2	34.4
6年生	145.6	39.6	147.3	40.5



6月30日（金）に定期健康診断の結果が記載された「健康カード」を配布しました。お子様と一緒にご確認ください、自分の体や健康のことについて考えるきっかけにいただければと思います。



## ～プールに入る前に～



先週から、水泳指導が始まりました。水泳は健康づくりにはとても良い運動ですが、危険も伴います。安全に楽しく学習できるように、下の内容について改めてご確認ください。

### 手足の爪は切っていますか？



爪が長いと自分だけではなく、友達も傷つけてしまうことがあります。前日に必ず確認しましょう。

### 水泳指導の日はいつもより、念入りに朝の健康観察をお願いします！

体調は悪くない？

傷口等のけがの状態は？



## 6月の保健室利用状況

けが 97人 病気 56人

## 6月の感染症情報

新型コロナウイルス感染症  
ヘルパンギーナ、インフルエンザ

### 保健委員会の活動



### 集会を行いました！



今年度から各委員会の集会が行われるようになり、保健委員会も6月22日（木）に全校児童の前で行いました。内容は子供たちが考え、保健委員会の主な活動である、石けん補充やハンカチチェック、ポスター作りの3つについて動画にまとめ、発表しました。



初めて、全校児童の前で集会を行うので本番前は緊張している児童もいましたが、みんな頑張って発表していました！保健委員として、これからも中和小のみんなが元気に過ごせるように、率先して活動してもらいたいと思います。



## 7月の保健目標 夏を健康に過ごそう



～保健行事～

7月4日（火）

6年生 日光事前検診

体温等を記録した健康チェックカードと体育着を忘れずに持ってきてください。



～ヘルパンギーナの流行にご注意ください！～



ヘルパンギーナは、夏に乳幼児を中心に流行する感染症ですが、都内の医療機関からの患者報告数が警報基準値を超えて、大きな流行となっているようです。患者は乳幼児を中心に学童にもみられるため、注意が必要です。

### 【主な症状】

- ★38度以上の発熱
- ★口腔内に水疱や潰瘍ができる
- ★口腔内の水疱がやぶれ、痛みによる不機嫌、食欲不振、脱水

### 【うつりかた】

- ★咳やくしゃみによる飛沫感染
- ★水疱の内容物や便を介しての経口及び接触感染



子供たちにも、「石けんでの手洗い・咳エチケット」を心がけるように指導をしました。