

ほけん だより

2020 (令和2) 年10月 No7
墨田区立第三吾嬬小学校
校長 川中子 登志雄
保健室

ほけんもくひょう 10月の保健目標

め たいせつ
〇目を大切にしよう



<保護者の皆様へ> 9月は残暑が続き、高温のため体育や外遊びができない日が多くありました。しかし、熱中症の重い症状が出る児童はいませんでした。これから、台風や長雨などで、朝晩は急に涼しくなる日もあります。日中との温度差がありますので、着脱しやすい上着を持参するようにしてください。9月も欠席者は少なめでしたが、休み明けの保健室への来室者が多かったです。寝不足や疲れが残っていて、頭痛や腹痛などの理由で20人以上来室する日もありました。けがは、校庭や屋上・体育館でぶつかったり、転んだりする児童が多かったです。今年、8月最終週に配布となった「生活リズムがんばり表」のご記入など、ご協力いただき、ありがとうございました。「朝食」はほとんどの児童が毎日食べ、休日も早めに起きている児童が多かったです。が、中学年頃から、夜寝る時間が遅い児童が増えています。翌日学校の日、昼間宿題や準備をすませ、少しでも早く寝て疲れをとるようにしましょう！朝食後トイレへ行くゆとりを作って登校できると、朝から急ぎけがをする児童が減ると思います。今月は「体育学習発表会」の練習が多くなります。全員が元気に参加できるように、外出後や食事前は、石けんで手洗いをし、ご家庭でも定期的に換気をしてください。引き続き、マスクの着用・検温（健康観察表の記入）・マスクをはずした時は、人の近くで「大きな声で話さない」など、ご協力をよろしくお願いいたします。

テレビゲームとけんこう



ふん 30分やったら、
ふんやす 10～15分休む



1時間か
にち じかん き
1日の時間を決める



<健康観察表記入についてのお願い>



ご自宅での検温や、健康観察表への記入・確認が半年を過ぎ、忘れる児童も減り、かなり習慣化されてきました。しかし、休日の記入がなかったり、「保護者のサイン」の部分も、児童が記入していると思われる表が少しみられます。「健康観察表」は、毎日教室で担任が朝確認をし、心配な内容がある場合は、保健室でも確認をしています。また学校再開後、墨田区より「保護者が記入する健康観察表は、記入終了後3週間学校で保管をし、もしクラスター等が発生した場合は、保健所へ資料として提出する」と指示されています。9月にも、神戸市の小学校や京都府の中学校で、学校内のクラスターが発生しています。今後も、当日の体温や、ご家族も含めた体調は、保護者がご確認・ご記入の上、「保護者のサイン」(押印)をしていただくようお願いいたします。

10月8日は骨と関節の日 カルシウム + 運動で

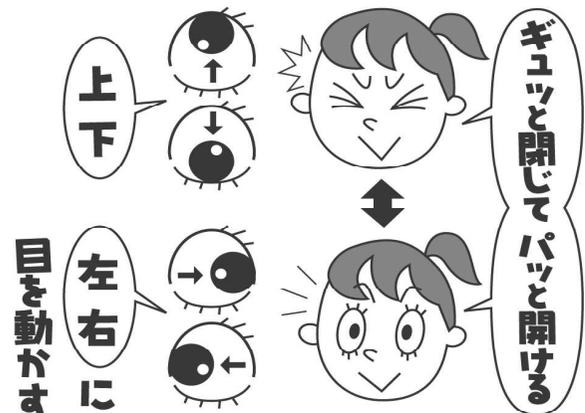


ほけんぎょうじ 10月の保健行事

29(木) 13:10～
耳鼻科健康診断 (全校)
集会室にて実施予定

☆治療のお知らせをもらったから、早めに病院受診をしてください。定期的に受診をしていて、今年度中に受診の予定がない場合は、保護者の方が、結果のお知らせの「報告書」部分にご記入いただき、学校までご提出ください。

目が疲れたら、やってみよう



<健康カードの返却について>

9月までに実施した健康診断の項目について、前期終了時に結果を返却します。今年度より、全員緑色の健康カードの内側に、結果を添付します。結果をご確認いただき、今月のほけんだより裏面の「健康カード表紙」見本を参考に、お子さんの学年の1回目に押印をしてください。そして、後期開始の10月12日(月)に学校へ持参してください。学校で保管をします。

- 〇全員実施した項目：身体測定(身長・体重)・視力検査・内科・眼科健診
- 〇1部の学年が実施した項目：聴力検査(1・2・3・5年)・心臓検診(1年、他学年対象者)
- 〇後期に実施する予定の項目：耳鼻科(10月)・歯科健診(11月)・身体測定2回目(1月)

*欠席した場合などは、記入されていない健診もあります。

健康カードは、卒業時まで、毎年結果を重ねて貼っていきますので、大切に扱ってください。

☆結果について、ご質問などがありましたら、連絡帳等で保健室までお問い合わせください。

