

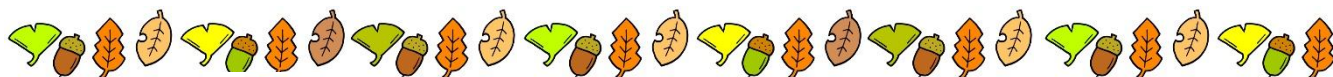
ほけんだよい



R7.10 月号
東光寺小学校
保健室



校庭の木々も少しずつ色が変わり、秋の空気が感じられるようになりました。寒く感じる日も増えてきましたが、東光寺小では、汗をかきながら運動会の練習を頑張っている様子をたくさん見かけます。汗をかいた後は体が冷えやすいので、汗を拭いたり、衣服を調節したりして、元気に過ごしましょう。

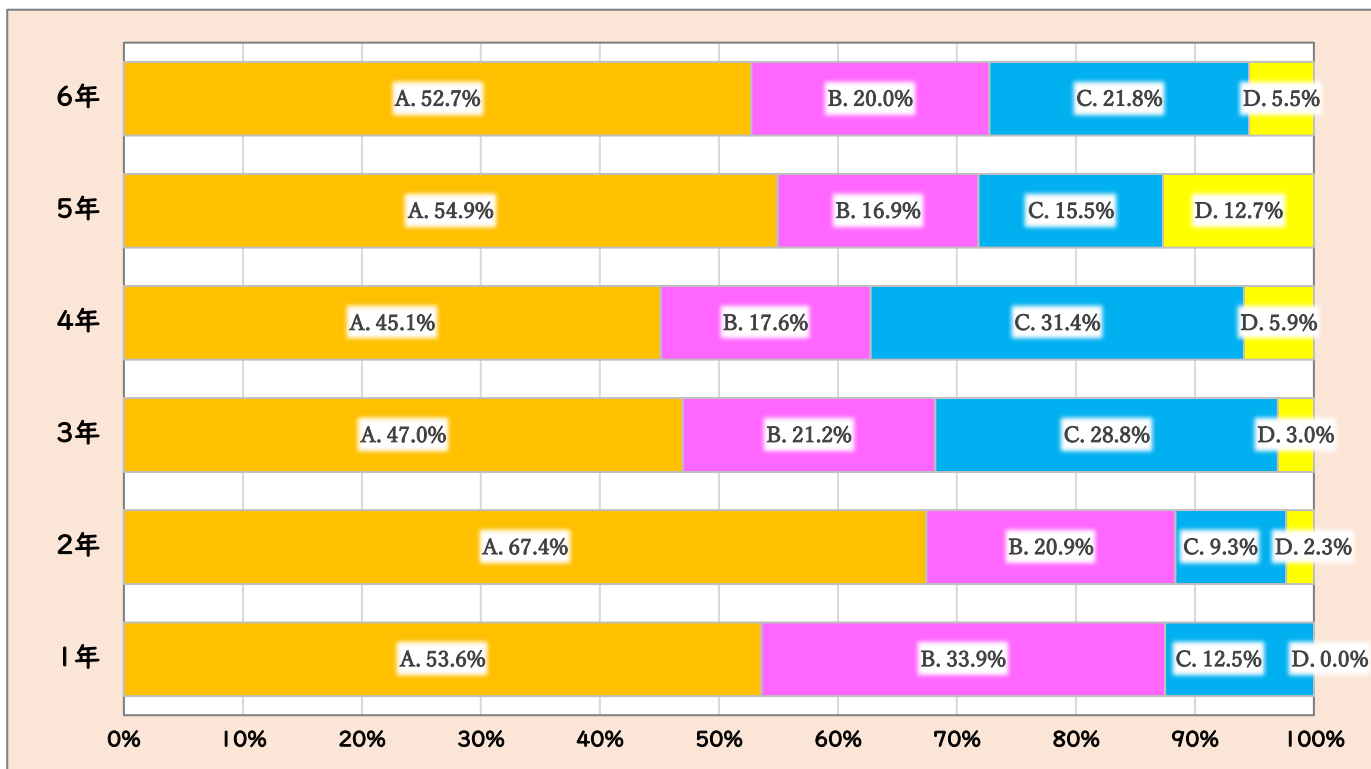


め たいせつ 「目を大切にしよう」



10月10日は、「10」を横にすると「目（ ）」のように見えることから、「目の愛護デー」といわれています。ものを見ることができるのは、目のおかげです。目はとてもせんさいで、ちょっとしたことで大きなけがや病気につながります。

10月は、いつもお世話になっている目にやさしい月にしたいですね。



上のグラフは4月に行った視力検査の結果です。上の学年の方がC、D判定の割合が多いことが分かります。メディア機器の使い方（使用時間、姿勢など）を見直したり、外遊びをしたりすることで、目の健康を守ることができます。ふだんの生活から少しずつ意識していきましょう。



～ インフルエンザについて ～

10月に入り、東光寺小ではインフルエンザの感染者数が増え、学級閉鎖を実施しました。学級閉鎖をしたクラスだけでなく、学校全体で発熱等による欠席や早退も多くなっています。

水が冷たくなってきていますが、石けんを使ってしっかりと手を洗うようにしましょう。

また、インフルエンザはお休みの日数が決まっており『発症後5日を経過し、かつ、解熱後2日を経過するまで』とされています。登校するときには『学校感染症について』の提出が必要です。

例	発症日 0日目	発症後 1日目	発症後 2日目	発症後 3日目	発症後 4日目	発症後 5日目	発症後 6日目	発症後 7日目
発症後2日目に 解熱した場合	発症 / 発熱 	発熱 	解熱 	解熱後 1日目 	解熱後 2日目 	※まだ発症後5日 を経過していない ため登校できない	登校可能 	
出席停止期間								
発症後4日目に 解熱した場合	発症 / 発熱 	発熱 	発熱 	発熱 	解熱 	解熱後 1日目	解熱後 2日目	登校可能 
出席停止期間								



寒暖差の激しい日が続き、大人でも体調を崩しやすい季節となりました。そんな中、東光寺小の子供たちは休み時間になると真っ先に校庭に出て、元気いっぱい遊んでいます。しかし、中には「なんか疲れた…」「なんとなく体がだるい…」といった訴えで保健室に来室する児童も増えています。朝の忙しい時間かとは思いますが、感染予防のためにもお子さんの健康観察をしていただき、発熱がある場合や、体調が優れない場合は無理をせずご家庭で様子をみていただきますようお願いいたします。また、保健室で休養をしても回復しない場合や学習への参加が難しい場合には発熱がなくてもお迎えをお願いする場合があります。ご協力をお願いいたします。

☆ 5年生 薬の正しい飲み方教室 ☆

9月11日(木)、学校薬剤師の田中悦子先生をお招きして薬の正しい飲み方教室を実施しました。授業の中では「薬を飲むときは水かぬるま湯で飲むこと」を実験を通して学びました。オレンジジュースやお茶に入れると泡がモクモク出てきたり、色が黒ずんできたりする様子に5年生は興味津々!「なんで水で飲まなきゃいけないのか分かった!」と視覚的に理解できた様子でした。

