

ほけんだより 2が



令和6年2月14日 桜町小学校 保健室

暦の上では「立春」を迎えましたが、先週は雪が降り、子どもたちが雪遊びを楽しむ姿がみられました。

本校では、1月後半から新型コロナウイルス感染症やインフルエンザ（主にB型）等の感染報告が続いています。

栄養バランスの良い食事をしっかりととり、外で体を元気に動かし、十分な睡眠をとって、寒さに負けない強い体をつくりましょう。

2月の保健目標

寒さに負けない強い体をつくろう



冬は寒くて、なかなか外に出たくなくなってしまいますね。しかし、休み時間に校庭で元気に縄跳びに取り組む桜町小のみなさんの姿は、とても生き活きとしています。外で遊ぶと、体にも心にもよいことがたくさんあります！寒さに負けず、外で元気に遊びましょう！

覚えよう！ やってみよう！ 寒い季節の健康生活術



部屋の中でも外でも、寒さに合わせた衣服の調節



外から帰ってきたときは、石けんであわあわ手洗い、感染予防



換気しよう、家でも学校でも！部屋の空気が汚れる前に

スクールカウンセラー・すこやか相談員来校について

教育相談だよりでお知らせしましたが、2月からは杉田スクールカウンセラー（女性カウンセラー）が担当しています。スクールカウンセラーの来校予定と面談枠は右記のフォームからご確認いただけます。面談（相談）をご希望の方は、希望日の3日前までに右記の【面談申込フォーム】からお申し込みください。

【面談申込フォーム】



また、2月15日（木）に鳩ヶ谷中学校の相談室から、すこやか相談員が来校されます。面談（相談）をご希望の方は、事前に学校又は鳩ヶ谷中学校相談室にご連絡ください。

毎朝の健康観察をお願いします

家族みんなで、朝の健康観察を！



保健室では、具合の悪い児童には必ず朝の家庭での様子を聞いています。3学期に入ってから、喉の痛みを訴えて保健室に入室する児童が続いています。話を聞くと、「昨夜から喉が痛かった。」「登校前から喉の痛みがあった」と話す児童が多くいます。登校前に体調不良の症状がある場合には、自宅で休養するか、医療機関に受診していただくことをおすすめします。

家庭での健康観察は、体調変化を確認する目安になります。下記のチェック項目を参考に、毎朝のお子様の体調や表情を注意深く観察していただきますようお願いします。



朝の健康観察チェック項目



- | | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------|
| ☐ のどの痛みはないか | ☐ 平熱より熱が高くないか | ☐ 咳をしていないか |
| ☐ 腹痛や下痢、嘔吐がないか | ☐ 関節痛や筋肉痛がないか | ☐ 体のだるさがないか |

1月・2月の感染症報告（R6.2.13 現在）

- 新型コロナウイルス感染症… 7人
- 溶連菌感染症…………… 7人
- インフルエンザA型………… 16人
- インフルエンザB型………… 15人

体調不良により医療機関に受診される際は、学校で左記の感染症が発生していることを医師にお伝えください。



1月後半からは、コロナとインフルエンザB型の報告が増えてきています。インフルエンザ等の検査を受ける場合には、発熱後一定時間（大体8～12時間以上）経過してからでないと正しい検査結果が出ない場合もあります。医療機関により異なる場合もありますので、確認してから受診されることをお勧めします。

5年生 救命処置に関する学習をしました

5年生の体育（保健）の学習で、胸骨圧迫やAEDについて学ぶ授業を行いました。倒れている人を見つけたとき、自分たちには何ができるのかを考え、助けの呼び方や、反応・呼吸の確認の仕方を学びました。そして、『あっぱくんライト』というキットを用いて、胸骨圧迫の練習を行い、AEDの使い方についても学習しました。

胸骨圧迫やAEDについては、初めて知る児童も多かったため最初は戸惑いながらも、みんな意欲的に取り組んでいました。

本校では、様々な保健教育を通して、学校保健の目標である『生涯にわたって自他の生命及び健康を大切にできる子の育成』に向けて今後も取り組んで参ります。



桜町小学校のAED

AEDのある場所をおぼえておこう！

