

保健だより

藤江市立御所見小学校 保健室
保護者の皆様へ No.10 2023. 9. 29

感染症流行情報!

9月スタートしてすぐ、インフルエンザの流行があり、これからどうなるかと心配しておりますが、現在は本調不良による欠席は少なく、落ち着いています。

御所見小のインフルエンザ流行と同じタイミングで、藤江市と神奈川県でのインフルエンザ流行開始宣言がなされました。

現在は、市内の小・中学校で学級閉鎖や学年閉鎖措置がとられています。この措置は、インフルエンザだけでなく、新型コロナウイルス感染症によるものもあり、どちらも流行している状況です。

感染症対策について

インフルエンザと新型コロナウイルス感染症のどちらも流行している状況ですので、今後、予定している運動会や遠足等、実施することかできるよりに感染症対策を行っていきます。

☆手洗い指導 ☆教室内の換気 ☆こまめな水分補給

学校では、これまで同様に対策を継続します。ご家庭では、次のことにご留意いただき、ご協力をお願いします。

- ★ 咳エチケット（咳やくしゃみができる時はマスク着用）の徹底。
- ★ 体調不良時は、登校させずに自宅で様子をみる。
- ★ 新型コロナウイルス感染症の発症から10日を過ぎるまではマスクの着用。

発熱が続く場合など、本調不良の際には受診されることをお勧めします。インフルエンザの治療薬は、発症から48時間以内にご使用することで効果を発揮するそうです。

感染症と診断されたらお知らせください!

医師：感染症と診断された場合は、すぐに学校へお知らせください。
学校へのご連絡は、平日8:00～17:00です。

0466(48)1255 または 0466(50)8312

学校からの着信は、上記の他に、

070(7363)5084 および 070(7363)5085 があります。

こちらは発信のみです。折り返しのお電話は、上記の太字番号へお願いします。

もうすぐ運動会!!

保護者の皆様には、運動会当日だけでなく、運動会までの応援をお願いします。

夏休みの生活から、学校への生活に、きりかえはできているでしょうか？
夕寝の中、睡眠不足や朝食抜きでは、運動会練習ができません。
ご協力をお願いします。



昨夜は十分に睡眠をとりましたか？

朝食は食べましたか？

爪は短かく切っていますか？

えがお

藤沢市立柳町見小学校 保健室
児童のみなさん No.10 2023. 9. 29

おうちのひと
いしよに
よみましょう!

10月の保健目標は「目を大切にしよう」

いまこ 今、子どもたちの視力が低くなっていることが問題となっています。

ゲーム機やスマートフォン、パソコンやタブレットなどを使う時間が長く、目が疲れてしまうことが原因のひとつにあると言われています。

ゲームやスマホなどを使うルールは、必ず、おうちの人と決めて、ルールを守りましょう。使う時間は決めておきましょう。



おふとんには早く入ったのに、そこからゲームやユーチューブを見ているなんて人はいませんか？
ちょっとのつもりが何時までもたっている…
たっぷり寝ないと、目の疲れはとれません。



黒板の字は、はっきり見えていますか？ もし、はっきり見えていないという人は、担任の先生に伝えましょう。

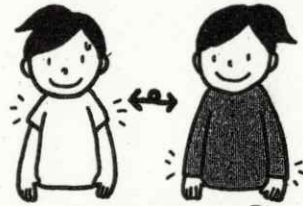
見えにくい人は、眼科でみてもらうのがいいです。
その前に、視力を確認したい場合は、保健室で休み時間に視力検査をすることが出来ます。

健康診断の予定～10月～

26日(木) ハケ島体験教室前検診 … 5年生

13:30～ 内科検診と同じように行います。
「連絡調査票」を忘れずに持ってきてください。

一日の中でも気温差が大きい季節です



脱ぎ着することで調節できる
服選びをしましょう!

季節の変わり目で、日によって暑かったり、涼しかったりするだけでなく、一日の中でも気温差が大きく、体調を崩しやすいです。
天気や気温に合わせて服装で調節

しましょう。
体調を崩さないように、しっかりと睡眠をとって、疲れの体を休ませましょう。

運動会、応援しています!!

みんな、自分の力をだすことができるように、応援しています。ケガの予防のため、自分の出番前には準備運動をしましょう!

