

ほけんだより 5月号

令和4年5月2日
北区立浮間小学校
保健室 田村佳子
藤田華子

新年度がスタートし、早一か月が経ちました。新しい学年、新しいクラスになり、最初はドキドキした表情を浮かべていた子供たちも、今では新しい仲間と日々の学校生活に一生懸命に取り組んでいる様子がみられます。

お子さんのご家庭での様子はいかがでしょうか。4月は特に、新しい環境に慣れることに必死で日々頑張っていたと思います。連休が続き、4月の疲れがそろそろ出てくる頃かと思います。この連休で心身をゆっくりリフレッシュするとともに生活リズムは崩さず、5月も子供たちが元気に登校できるようご協力をお願いいたします。

今後も子供たちの健康と安全を第一に、教育活動を進めて参ります。引き続き、新型コロナウイルスの感染防止対策として、毎朝の検温と健康観察表の記入やお子さんの健康管理等にご協力をお願いいたします。



～体温の測り方～



①測定前には脇の汗を拭き取り、乾かす。



②脇のくぼみの真ん中に体温計の先端を下から当てる。



③体に対して30° くらいの角度で当て、脇をしっかりと締める。測定中は動かない。



★持ち物の確認をお願いいたします★

感染症対策や清潔の保持のために、お子さんの学校への持ち物のご確認を日々よろしくをお願いいたします。

- ハンカチ・ティッシュ
(予備もあるとよいです。)
- マスクの予備
- 健康観察表



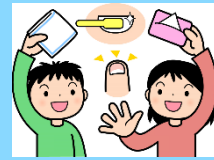
GW中の生活に注意しましょう。



学校が始まると ↓ こんなことに…



5月の保健目標 身の回りを清潔にしましょう



- ★爪を切る。
- ☆タオルで汗を拭く。
- ★汚れた下着や衣類は洗濯する。
- ☆体や顔・髪を洗う。
- ★湯船に浸かる
- ☆手を洗う。
- ★清潔なハンカチを使う。
- ☆ハンカチ・ティッシュを持ち歩く。
- ★起床時や毎食後は歯を磨く。



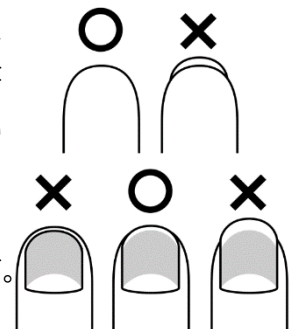
体や身の回りを清潔にすることは、けが・病気の予防にも大きく関わってきます。自分の清潔をお子さん自身で気が付き、行動に移すことができるよう、ご家庭でもご協力お願いいたします。



お子さんの爪はきれいですか？

子供は勉強をしたり、外で遊んだり、学校内外でたくさんのものに触れています。触れたものには様々な汚れや菌が付いており、石鹸で洗うことによって大体は洗い流すことができます。しかし、手の中で特に爪の間は見落としがちで洗うのが難しい箇所でもあります。爪が伸びれば伸びるほど洗いづらくなり、その手で食品を触ると汚れや菌が口の中に入ってしまう。そうすると爪や指先の感染症だけではなく、体内での病気・感染症を引き起こすきっかけにもなり得ます。友達にけがをさせてしまうこともあります。

こまめに爪の長さを確認し、清潔な手を保つようにしましょう。



爪の長さ 1 mm



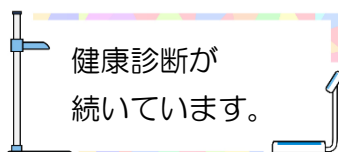
爪の周りの細菌の広がり
は爪が短い人のほうが少ない。

爪の長さ 3 mm



爪の周りの細菌の広がりが明らかに
見てわかる。

↑ <寒天培地に長さの異なる爪を置き、培養した結果> ↑



各検査が終了しましたら、「結果のお知らせ」をお渡しします。校内での検査は「確定診断ではない」ので、少しでも「様子や結果が変わったな」と感じましたら、お子さんが生活に支障なく健康に毎日を過ごすことができるよう医療機関を受診していただきますようお願いいたします。