



# ほけんだより 2月



2016年2月  
貝塚市立中央小学校  
保健室

暖冬といわれ、あたたかい日が続いていましたが、先月末頃から、急に寒さが厳しくなってきました。体調を崩す子どもおり、中央小学校では1月19日からインフルエンザでの学級閉鎖もありました。

手洗い・うがいをしっかりと、マスクで予防するなど、自分で体調管理をしましょう。

2月4日は立春で、暦の上では春を迎えます。あたたかくなれば芽を出せるように、この寒さのなかでも、植物たちは準備をしています。みなさんも、春には新しい学年をスタートできるように今、自分たちでできることをしっかりと準備しておきましょう。



## かぜ、インフルエンザが流行しています！

インフルエンザによる学級閉鎖が中央小学校でもありました。

1月19日～1年生で1クラスが、22日～、27日～3年生で1クラスが閉鎖をしました。中央小学校では2月1日現在、A型の報告しかありませんが、市内ではB型も流行しているようです。予防をしっかりとしましょう。

インフルエンザによる出席停止期間は、「発症した後、5日を経過し、かつ、解熱した後2日（幼児は3日）を経過するまで」となっています。発症日の翌日を1日目と数えます。また、発症から5日を経過しても、解熱してから2日を経過しなければ、登校できません。感染の拡大を防ぐため、ご協力をよろしくお願いいたします。

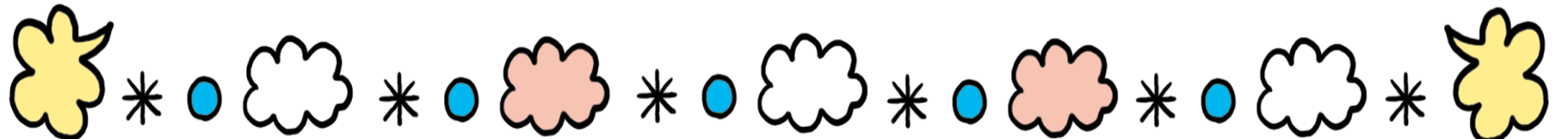
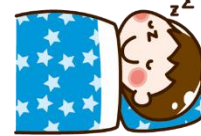
また、登校の際は、医師による登校許可意見書を持ってきてください。意見書は中央小学校のホームページでもダウンロードができます。

<http://www.kaizuka.ed.jp/tyuu-el/>

★下痢や腹痛での欠席も多いです。

手洗い・うがいをしっかりと、予防しましょう。

また、睡眠・食事を十分にとり、体力をつけましょうね！



## 教室の換気をしましょう！

20分休けいとお昼の15分休けいに、保健委員会の人たちが、放送で音楽をかけながら、教室の空気を換気するよう呼びかけています。音楽がなったら教室の窓をあけて換気をしましょうね！

おうちでも、時々窓をあけて換気をしましょう！空気が乾燥しないように、加湿器を利用したり、洗濯物を部屋の中で乾かすのも良いですね！

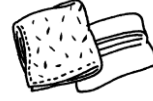


2月9日~25日!

# せいけつオリンピックを開催します!

学期に1回開催していたせいけつオリンピックも、いよいよラストとなりました。ハンカチ・ティッシュを持ってきているかどうか、保健委員会の人たちが教室まで点検に行ってくれます。

いつ点検にくるかは・・・おたのしみに!!  
今回も、ハンカチ・ティッシュを持ってきた子が一番多いクラスから、金賞・銀賞・銅賞のメダルを用意し、児童集会で表彰したいと思います。  
クラス全員で持ってくるように心がけましょう!



また、せいけつオリンピックでは、爪の検査はしていませんが、爪が長く伸びている人を見かけることが多く、びっくりしています。

お友達をひっかいてしまったり、爪が折れてしまったりとケガをする原因にもなります。また、爪は、汚れがたまって不潔になりやすいところで、ばい菌もたまりやすいです。週に1度は指先のチェックをするようにしましょう。

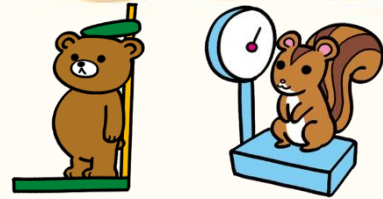
爪は、指先を保護する役割があります。爪を切りすぎて、こ深爪にならないよう気を付けてくださいね。



爪は伸びるよ



今年度最後の2測定が終了しました(1月12日~25日)。からだは大きくなっていましたか? ドキドキしながら測ってもらいましたね。



あと少しで新学年です。6年生は卒業間近ですね。からだの成長だけでなく、心も成長しましたか? 思いやりと感謝の心を忘れず、これからも過ごしてくださいね。みなさんの成長を楽しみにしています。



## 【2測定の前に保健の学習をしました】

- 1年生: DVD「がんばれはむっち」
- 2年生: 紙芝居「ゆうちゃんたばこの国へいく」
- 3年生: 紙芝居「タバコのない星 ピコからのメッセージ」
- 4年生: 「虫歯のしくみ、正しい歯のみがき方を知ろう」
- 5年生: 「歯肉炎ってしってる?」
- 6年生: 「心ってなんだろう」



脊柱側弯症の2次検査を受けられたおうちの方へ

1月20日(水)に無事終了しました。結果は、届き次第お知らせしますので、しばらくお待ちください。

どの学年も、保健室で2測定の前に保健の先生からお話をききました。6年生はほけんだより特別号も渡しています。おうちの人と、ゆっくり話をしてみてくださいね。