

ほけんだより 7月

保護者用

平成26年7月11日 毛利台小学校 保健室

強い雨が降ったり、蒸し暑くなったりと過ごしにくい日が続いています。このような不安定な天候の中でも、子どもたちが元気に過ごすことができているのは、ご家庭の皆様の健康管理やご協力のおかげだと日々感謝しています。

もうすぐ始まる夏休みは、学校で過ごす時間がなくなるため、今までの生活リズムを維持していくのが難しくなります。

夏休みが始まる前に、「早寝・早起き・朝ごはん」のように「お家での生活リズムについてのやくそく」を何か1つでも決めて過ごしていただけたらと思います。



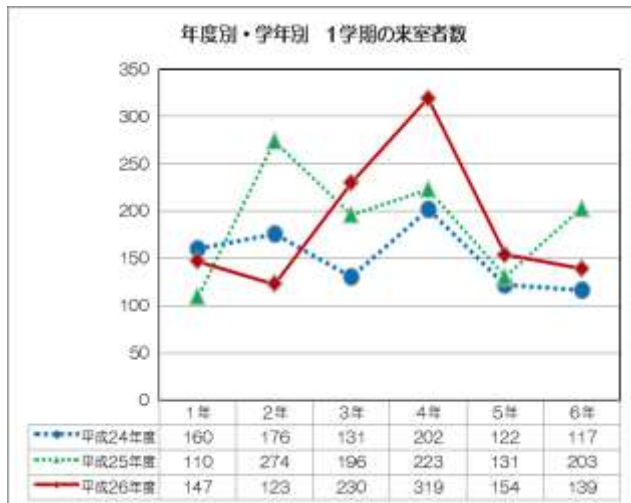
1学期の保健室

4~7月（7/10まで）の来室者合計

1112人（昨年度より +23人）

*病気での来室…… **300人（-12人）**

*けがでの来室…… **812人（+35人）**



終業式までまだ数日ありますが、病気・けがとも昨年度とほぼ同じような状況でした。

今学期は3、4年生の来室がやや多めでした。中学年は学校にも慣れ、活動範囲や友だち関係が広がってくるなどから、ケガや体調を崩す機会が他の学年よりも多いのではとも思われます。

2学期は、中学年を中心に「過ごし方」や「ルール」について、呼びかけていきたいと思っています。

< 今月の保健室のようす >

●学校感染症の発生報告 18件（4月~7/10現在）

	4月	5月	6月	7月
流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)	1	1	4	3
インフルエンザ	1	4	2	0
水痘(みずぼうそう)	0	0	1	1

「おたふくかぜ」が少し増えてきています。

お子さんが既にかかっているかどうか、予防接種はしているのかなどをこの機会にご確認ください。

おたふくかぜは、熱が出ず、腫れが軽く済んでしまうこともあります。

お子さんが耳やのどが痛いと訴えた時は、早めにかかりつけ医にご相談ください。



< 今月の保健室のようす② >

現在、来室する子どもたちに多い症状は…

- ①頭が痛い
- ②気持ちが悪い
- ③だるい



不安定な天候の影響もあり、体調を崩す子どもたちが少し増えてきました。登校前から少し調子が悪かったり、前日に寝る時間が遅かったりすると、日中だんだんと体調が悪くなってしまふこともあるようです。

- こまめに水分を補給する。(水筒やタオルを忘れずに!)
 - 体調が良くない時は無理をさせない。
 - 「早寝・早起き・朝ごはん」で、生活リズムを整える。
- など、引き続き、暑さ対策と体調管理へのご協力をお願いします。



保護者の皆さまへ お知らせとお願い

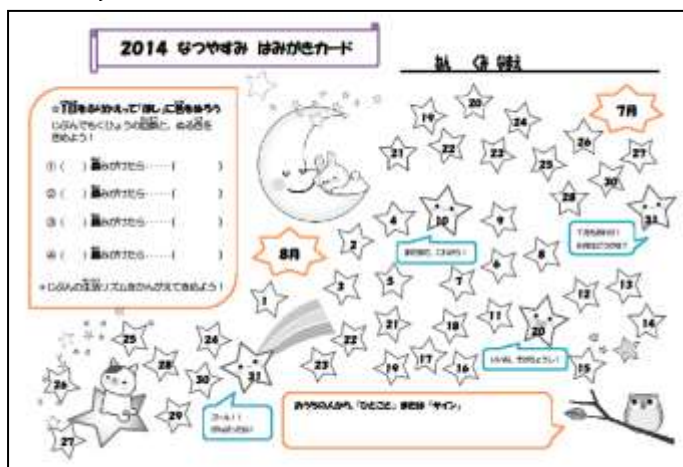
保冷剤、ありがとうございました!

1学期にいくつかのご家庭から、「保健室で使ってください」と保冷剤を寄付していただきました。

この小さな保冷材は、子どもたちがどこかにぶつけた時や、熱中症などの心配がある時に大活躍しています。約2年前にご家庭でいらないものがあつたら…とお願いしましたが、それをずっと覚えてくださっていて、うれしいです。大切に使用させていただきます。



歯みがきカードへのご協力をお願いします!



規則正しい生活リズムを作る1つのきっかけとして、今年も「夏休み歯みがきカード」を子どもたちに配付します。今年是一人ひとりが**自分の生活リズムにあわせて、「1日何回歯みがきができるか」**を考えて目標を設定するようになっていきます。

お子さんと相談しながら、ご家庭で目標の回数を決めていただけたらと思います。

*なお、上記の「歯みがきカード」は毛利台小のホームページに載せてあります。夏休み中に用紙が汚れたり、紛失したりした場合は、ホームページからも印刷できますのでご利用ください。