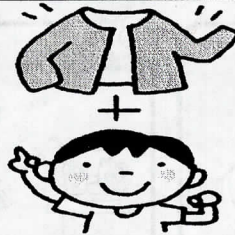


# げんきいっぱい

おうちの人とよんでください

令和2年10月5日  
野田市立二ツ塚小学校  
保健室

10月に入りましたが、日中でも暑い日があります。朝夕は肌寒く、体調をくずしやすくなります。気温の差があるこの時期は1枚上にはおるものが、あると体温調節できていいですね。



感染症(8月~9月)  
溶連菌感染症 1名  
ヘルパンギーナ 1名

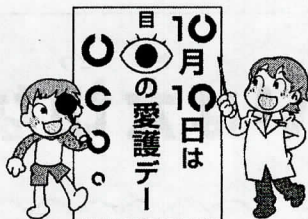
## 〜〜保健室からのお願い〜〜

★ 毎朝の健康観察は、今後も続きます。検温と体調チェックを行い健康観察カードに記入し、休みの日でも検温は行ってください。

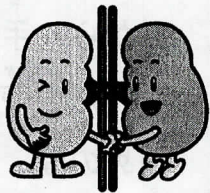
10月、11月の健康観察カードには持久走の欄があります。忘れずにご記入をお願いします。

- ★ 毎日ハンカチ(タオル)、ティッシュを忘れないよう声をかけてください。石けんを使って手を洗う回数が多くなります。毎日、清潔なものを持たせてください。
- ★ マスクの予備を袋に入れてランドセルの中に入れておいてください。
- ★ 水分補給のために水筒を持たせてください。
- ★ 体調が悪い日は無理をして登校せずご自宅で休養してください。
- ★ 感染症にかかった時、または疑いのある時は速やかに学校までお知らせください。

## 健康診断の結果について



**視力について**：今年度の健康診断の結果によると視力0.9以下の児童は全体で76人(36%)です。「文字がぼやける、二重に見える、目を細めると見える時がある」などの場合は、早めに眼科を受診することをおすすめします。



**尿検査について**：尿検査(一次)の結果が届きました。10月28日の二次検査が必要な場合はお知らせします。尿検査(一次)を未提出のお子さんは10月8日(木)に持ってきてください。なお、容器、検尿コップがない場合はお子さんが保健室まで取りに来てください。



### 歯科について

歯科検診が終了しました。今週結果をお渡しします。

- ①特に問題は見つかりませんでした。
- ②今のところ治療は必要ありませんが気を付けてください。
- ③疾病異常の疑いがあります。専門医に診てもらってください。③の場合はなるべく早く専門医に診てもらい学校に報告書を提出してください。

# 大切に していますか？

# あなたの「目」

目にやさしくできているのはどの子かな？  
線をたどって目の声を聞いてみよう。

**A** くん

暗い部屋で  
本を読んでいるよ

**B** さん

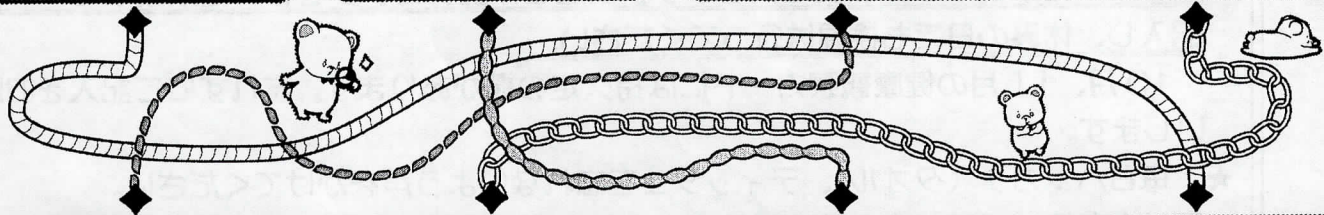
休憩せずに  
ゲームをしているよ

**C** さん

前髪が目  
かかっているよ

**D** くん

スマホを見るのはやめて  
早く寝るよ



前が見えにくいよー  
チクチクあたって痛いよー

前髪は短く切るか、  
ピンで留めよう

しっかり休ませてくれて  
ありがとう

体も目も  
休憩が大切だね

まばたきの回数が減って  
乾いてしまうよー

1時間おきに  
10～15分の休憩をとろう

光が足りないよー  
筋肉が疲れるよー

本を読んだり勉強するときは  
部屋を明るくしよう

10月15日は「世界手洗いの日」

## どうして手洗いは大切ななの？

ドアノブや手すり、  
机やスイッチなど、  
みんながさわるとこ  
ろには見えないバイ  
キンがたくさん！



手についたバイキンは、  
口や鼻、目などから体  
の中に入って、悪さを  
します。体を守ろうと  
する力が弱まってい  
ると、カゼをひいたり病  
気になったりします。

だから、手洗い。  
石けんを使って、  
つめの間、手の甲、  
指の間、手首まで  
しっかり洗おう。



手を洗ったあとは、きれいなタオルでふいてね