



保健だより

No.2

令和4年 5月10日
多摩市立豊ヶ丘小学校
校長 卜部 敦彦
主任養護教諭 新井あづ紗



さわやかな季節になりました。天気の良い日は気温が上がりますが、朝夕や雨の日はまだ肌寒く、体調を崩しやすい時季でもあります。調整しやすい服装で登校させてください。休み時間などに上着を脱いで置き忘れてしまうことがあるため、衣服には記名をお願いします。

新学期から1ヶ月が経ち、環境が変わったことにより知らず知らずのうちに疲れやストレスが溜まっていることもあるかもしれません。睡眠や休息を十分にとり、体と心の疲れがとれるようにしてください。お子さんの様子で気になることがあれば、お知らせください。

しかり刻もう♪朝の生活リズム♪ム



健康診断が
終わってから
お知らせを
もらったら



お医者さんへ

健康診断の結果、病気・異常等の疑いのある人には「健康診断結果のお知らせ」をお渡ししています。
(※歯科のみ、全員にお知らせをお渡しします。)

お知らせをもらった場合は、なるべく早めに受診をお願いします。

内科・眼科・耳鼻科については、プール開き(12月)までに必ず受診してください。

お知らせは「病気・異常等の疑いのある人」にお渡ししていますので、受診の結果、「異常なし」と診断されることもあります。ご了承ください。

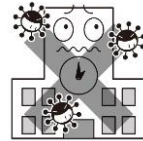
～学校伝染病について～



こんな**病気**にかかった
ときは**出席停止**です

インフルエンザ、百日咳、麻疹（はしか）、流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）、風疹、水ぼうそう、咽頭結膜熱（プール熱）、流行性角結膜炎（はやり目）、溶連菌感染症、伝染性紅斑（リンゴ病）、感染性胃腸炎 など

上記のような感染症にかかった場合、出席停止となり、法律で決められた日数をお休みしていただきます。登校する際は、「登校許可証」に医師の証明が必要です。
インフルエンザに限り、「インフルエンザ治癒届」に保護者が記入して提出します。



※新型コロナウイルス感染症に関して、以下の場合は「出席停止」の扱いになります。

- 新型コロナウイルス感染症に罹患した場合や濃厚接触者になった場合
- のどの痛みや発熱等の風邪の症状や体調不良があり、自宅で休養する場合
- 家族にのどの痛みや発熱等の風邪の症状がみられる場合
- 新型コロナウイルス感染症を予防するために自主的に欠席する場合



5月の保健目標

身の回りの清潔に気を付けよう

★お子さんとお読みください。

Q どうして「清潔」が大切なの？

身だしなみを整える「マナー」と、感染症やむし歯など「病気の予防」、2つの目的があります。



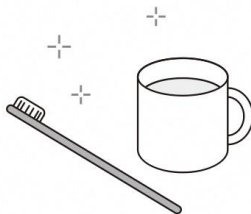
Q 清潔のポイントは？



手を洗おう



つめを切ろう



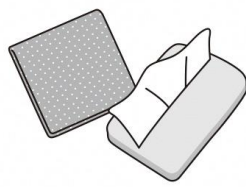
歯みがきをしよう



お風呂に入ろう



下着を着よう



ハンカチ・ティッシュを持とう

できているかな？

学校で手を洗う

「6つのタイミング」

- ①外から教室に入るとき
- ②トイレの後
- ③給食の前後
- ④掃除の前後
- ⑤共有のものをさわる前後（専科教室に行くときなど）
- ⑥せきやくしゃみ・鼻をかんだとき

手を洗った後は、清潔なハンカチでふきましょう！

