

# ほけんだより

練馬区立豊玉東小学校

平成29年3月15日

保健室

## 3月の保健目標

けんこうせいかつ ぶ かせ  
健康生活を振り返ろう

\* 6年生の皆さん、ご卒業おめでとうございます。卒業に向けて心も体も準備を整えていることでしょう。この時期、3月から4月にかけて新環境への期待や不安などから、心が落ち着かないことがあります。生活リズムや身のまわりを整える・お子さんと話す時間を作るなど、ゆったりした気持ちで過ごせるようご家庭でもご配慮お願いいたします。

\* 年明けから、インフルエンザが都内で急増し、近隣小中学校でも学級閉鎖が多数出ました。最近ではインフルエンザA型からB型の流行となっています。豊玉東小でもB型の発生が出ています。B型は春先まで流行するときがあります。予防をしっかりとって乗り切りたいです。

\* 水痘（みずぼうそう）の発生がまだあります。水痘は潜伏期間が約2週間ということで、前回3年生が多く発生した時期（2月24日付近）から約2週間、先週末から再び発生が見られています。疑わしい症状がある時は、早期に受診してください。（予防接種を受けている場合も罹ることがあります。予防接種をまだしていない場合については、かかりつけ医とご相談ください。）

## お知らせとお願い

\* 年度末、卒業まであと少し。体調に気をつけて過ごしましょう。朝から発熱（37度以上）や不調の訴え、前日に高熱、嘔吐、下痢等の強い症状のある場合は、本人の体調悪化防止と集団感染予防のため、登校を控えていただき、お子さんの体力の回復を待ってから登校させていただきますようお願い申し上げます。また、早期の受診をお願いいたします。

\* H28年度の健康診断改正に伴い、練馬区では来年度の健康診断は下記のように変更になります。

- ・ 寄生虫卵検査・・・新1年生のみ実施。（H30年度に廃止予定。）
- ・ 色覚検査・・・新4,5年生の希望者のみ実施。（H30年度は4年生の希望者。）

指先にカプセルがくっついてます。

\* 2月に4年生に「薬の正しい使い方」という授業を行いました。学校薬剤師の芝軒先生から、薬の正しい飲み方について・薬は体の具合の悪いところを治す（緩和する）手助けをするもの・本来自分の体に備わっている力（自然治癒力）を普段から高めることが大切、というお話を受けました。実験や体験を交え、新しく知ることが多い内容でした。児童の感想から「今日教わったことを家の人にも知らせたい」「薬は正しく使うことで体の役に立つ」「体を丈夫にしたい」「よく寝ることが病気をよくすることを初めて知った」などがありました。



「少ない水でのむと、薬が胃までとどかないで途中でくっついちゃう！」（少量の水だとカプセルがくっつく体験をしました）

\* 今年度も健康診断や保健関係の準備物、早退時のお迎え等々、お忙しい中、保護者の皆様にはたくさんご協力をいただきありがとうございました。3月残り少ない日々ですが、子供たちが元気に1年間を締めくくれるよう努めて参ります。どうぞ、よろしくお願いいたします。