



令和2年9月25日
練馬区立早宮小学校
校長 須藤 田鶴子
養護教諭 石山 綾

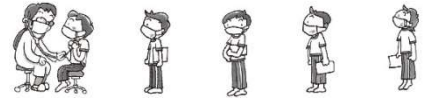
日中は汗ばむ日もありますが、朝夕は涼しく感じられるようになりました。秋が近づいています。体感的には過ごしやすい時期ですが、早宮小の児童を見ていると、目が充血していたり、鼻水やせきが出ていたり、アレルギー症状と思われる児童が多いです。季節の変わり目は、心と体の調子が崩れやすいので、生活リズムを整えて、元気に過ごしましょう。

夏の疲れ



残っていませんか？

校医による定期健康診断（眼科・耳鼻科・歯科）が終了しました。



校医の先生に診ていただく健康診断も、間隔をあけ、換気をしながら実施しました。各検診とも受診が必要なお子さんにのみ「健康診断結果と受診のおすすめ」用紙を配布しています。用紙を受け取らなかった方は「異常なし」です。検診の日にお休みされた方には校医の住所や診療時間が書かれた用紙「定期健康診断 受診のおすすめ」をお配りしましたので、事前にご連絡の上受診なさってください。なお、病院、クリニックでお待ちいただく場合がありますが、校医の先生が通常の診療の合間に早宮小の定期健康診断をさせていただきますので、ご理解ください。

感染症発生状況

流行中の感染症はありません。10月に入るとインフルエンザの予防接種が開始されます。接種をする予定の方は計画的に予約を入れましょう。

内科的症状があるときに感染予防の観点から出席を見合わせてくださり感謝しています。引き続きご家庭での健康観察と検温にもご協力をお願いいたします。

今後の保健行事

- 10月13日（火） 1年生 心臓検診
 - 10月15日（木） 1・2・5年 歯科検診
 - 10月22日（木） 3・4・6年 歯科検診
- 5・6年生は午後の検診になりますので歯磨きセットを持参してください。給食後歯磨きをしてから検診を受けます。

「10時～11時」と「13時～14時」これ、何の時間？

A. 学校でケガがたくさん起きる時間

全国の小学生のケガのうち、なんと半分は「休み時間」に起こっています。

10時～11時は業間休み、13時～14時は昼休みですね。

楽しい休み時間に痛い思いをしまわないう

遊具は正しく使っていますか？



まわりの人が見えていますか？ ろうかを走っていませんか？

時間ギリギリまで遊んで、あわてて教室に戻っていませんか？

休み時間にけがをし、病院に行く回数が昨年より増えています。安全に気を付けて楽しく活動しましょう。

・ルールの向こうがわには…

このところ、新型コロナウイルスがきっかけで「ルール」が増えましたね。「マスクをしましょう」「人と人との距離をあげましょう」など。きゅうくつだな、しんどいな、と思うこともありますよね。では、ルールはなんのためにあるのでしょうか？

もし、みんなが自分のことだけを考えて自由に暮らしたら…。きっといろんなトラブルが起こってしまうでしょう。感染を防ぐためのルールは、自分だけでなく家族や友達などお互いを守るために必要なのです。

ルールを守るのはつらいと思うことがあるかもしれませんが、ルールの向こうがわには、みんなを守るための工夫がたくさん詰まっているのです。



災害は「今」「すぐ」かもしれない



1995年1月
阪神・淡路大震災 ▶ 午前5時46分

2011年3月
東日本大震災 ▶ 午後2時46分

2016年4月
熊本地震 ▶ 午後9時26分

2018年9月
北海道胆振東部地震 ▶ 午前3時07分

朝まだ夢の中にいるころ、お昼ごはんを食べて少し眠い授業中、夜お風呂に入っているとき…。

どこで何をしているときに、災害が起こるかはわかりません。

予測できないからこそ、日ごろからの備えが大切なのです。

もしも、今、
災害が起きたら？
大切ないのち、守れますか？

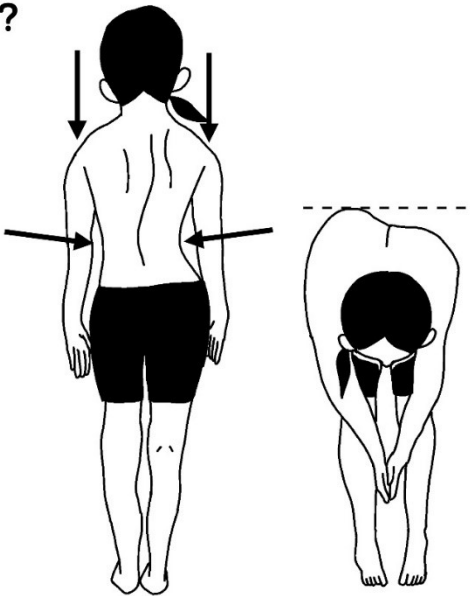


「脊柱側弯症」とは？

人の脊柱（背骨）は、首からおしりにかけてまっすぐにのびていますが、この脊柱が横に曲がっている状態を「脊柱側弯症」といいます。

右の絵のように左右のかたやこしのラインがずれている場合は、脊柱側弯症の疑いがあります。

病院で治りようしないと治すことができないので、内科健診で「脊柱側弯症」が疑われた場合は、必ず整形外科に行き、くわしい診断をしてもらおうようにしましょう。



この病気は早期発見早期治療が大切です。

毎年度初めに保健調査票で保護者の方に確認をいただいておりますが、漏れはなかったでしょうか。その調査票に○を付けている人を対象に今回の内科健診で校医の先生に診ていただき、精密検査の対象者を抽出しました。練馬区では他区のように全員対象のモアレ検査がありませんので、保護者の方の気づきが最も大切です。ご家庭でもチェックをお願いいたします。