

ほけんだより

令和元年度

12月号

練馬区立田柄第二小学校

校長 谷田 弘子

養護教諭 浅賀 雅子

こんげつ けんこうもくひょう
今月の健康目標

外で元気に遊ぼう!!



急に寒くなり体調不良で保健室に来る人が増えたり、インフルエンザでお休みする人が増えてきました。田二小では、今月に入り、インフルエンザによる学年閉鎖がありました。週明け急に欠席者が増えてしまい、感染力の強さを感じます。インフルエンザにかかった場合は出席停止となりますので、治癒した際は登校届けを持って登校してください。(出席停止期間は裏面をご覧ください。)

11月保健室利用者

合計	けが	体調不良
	201人	159人

学年	1年	2年	3年	4年	5年	6年
けが	58人	22人	30人	33人	30人	28人
体調不良(病気)	35人	27人	37人	28人	31人	33人

11月は雨の日が多く、外遊びができない日が続いたこともあり、けがの手当てが少なかったです。11月後半になって体調不良での来室は、増えましたが全体的に元気よく過ごせていました。

かぜやインフルエンザはどのようにしてうつるの？

〈飛まつ感染〉

かぜやインフルエンザを起こすウイルスは空気中では長く生きられません。

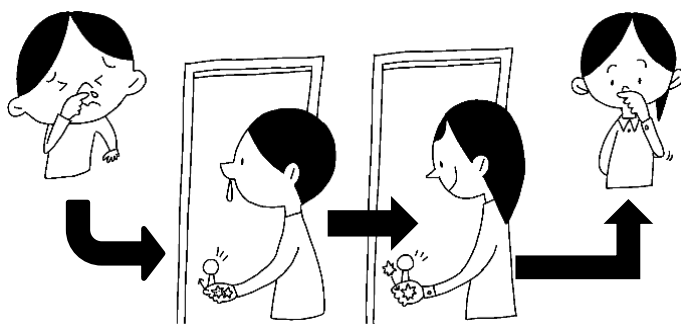
しかし、せきやくしゃみなどで口から飛ぶつばのしぶき(「飛まつ」といいます)の中にウイルスが入っていて、それを鼻や口から吸いこむことで感染することがあります。これを「飛まつ感染」といいます。



〈接しよく感染〉

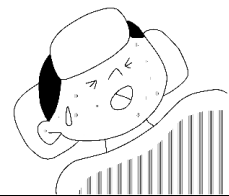
インフルエンザやかぜにかかった人の飛まつや鼻水の中にウイルスや細菌がいた場合、その飛まつや鼻水にさわって、その手から口などに入った場合も感染します。これを「接しよく感染」といいます。

たとえばくしゃみをおさえた手で物にさわって、それをほかの人がさわって、手から口などに入ると感染することがあります。





学校伝染病情報

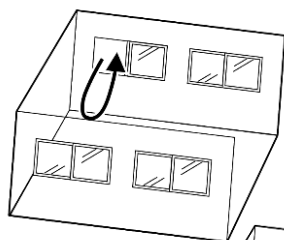


11月～12月4日までに本校で学校伝染病により医師から出席停止扱いになった児童の人数をまとめました。12月に入りインフルエンザに感染した人が増えました。インフルエンザに感染した児童は全員A型です。他校では感染性胃腸炎も流行っているそうなので、引き続き手洗いうがいなどの予防をお願いいたします。

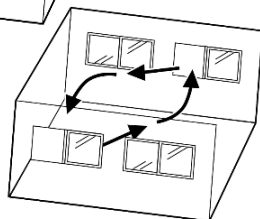
11月	手足口病	1人
	感染性胃腸炎	4人
	溶連菌感染症	2人
	水痘（みずぼうそう）	3人
	アデノウイルス	1人
12月	インフルエンザ（A型）	20人
	感染性胃腸炎	1人
	溶連菌	1人
	手足口病	1人

こまめにかん気をしよう

片側だけ窓を開けた場合



両側の窓を開けた場合

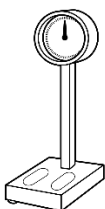


かん気をすることで、よごれた空気を外に出し、きれいな空気を室内に入れることができます。かん気です窓を開ける際に、その向かい側にも窓かドアがある場合は、両方開けて空気の通り道をつくると、きれいな空気がよりたくさん室内に入りやすくなります。

教室の空気の入れかえをする時は、窓だけでなくドアも開けて空気の通り道を作りましょう。

化学物質過敏症について

「化学物質」と聞くと、難しい話のように感じますが、化学物質とはとても身近な物です。実は、私たちが日常使っている柔軟剤、石鹸、シャンプーなどの中にも、化学物質が多く含まれています。化学物質過敏症は、個人差はありますが、少ない化学物質にからだが過敏に反応し、頭痛やめまい、吐き気など様々な症状をおこしてしまう病気です。さまざまな匂いがする電車に乗れない方もいるほど深刻な病気です。また、昨日までは何でもなかったのに、突然症状が現れることもある身近な病気です。学校では給食当番の白衣、帽子などは児童が交代で着用しています。ご家庭で白衣などを洗濯する際「香り」に気にかけてくださると誰もが過ごしやすい生活が送ることができます。ご理解とご協力をお願いいたします。



【1月の保健行事】

- ◆1月 8日（水） 発育測定（2年）
- ◆1月 9日（木） 発育測定（1年）

- ◆1月10日（金） 発育測定（6年）
- ◆1月14日（火） 発育測定（5年）
- ◆1月15日（水） 発育測定（4年）
- ◆1月16日（木） 発育測定（3年）

