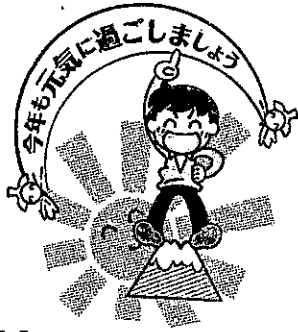


# ほけんだより 1月

令和2年 1月8日

練馬区立大泉学園小学校



新しい年が始まりました。学園小の全員が笑顔いっぱい、元気いっぱいで過ごせる年でありますように。

1月20日は「大寒」です。1年の中で、最も寒い時期と言われています。インフルエンザの流行も心配されます。冬休みの生活リズムから切り替えて、寒さに負けないよう体調を整えていきましょう。

## 発育測定（身長・体重）・色覚検査（4年生の希望者のみ）

1月 9日（木）	1・2年生
1月10日（金）	3・4年生
1月14日（火）	5・6年生
1月15日（水）	ひまわり

\*授業の予定や、急なけが人・病人が出た場合は、日程を変更することがあります。

○体育着で測定します。  
体育着を忘れないようにしましょう。

○かみの毛を結ぶ場合は、身長が計りやすいように結びましょう。

○測定の前に、健康や体についての保健指導をおこないます。

○色覚検査は、申し込みがあった4年生の希望者におこないます。



\*身体測定の結果は、『発育のお知らせ』プリントにて、お知らせします。

\*今回は、配布用の『ほけんファイル』は、学校に戻す必要はありません。

## 冬休み中の健康調べ

1月10日（金）までに、提出をお願いします。

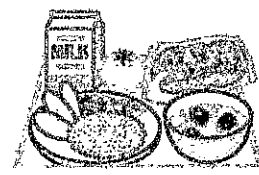


## 「アレルギー疾患問診票」による調査を実施します（1～5年生対象）

『練馬区 学校管理下における食物アレルギー対応』に従い、来年度に向けて『アレルギー疾患問診票』による調査をおこないます。

問診票で医師の指示のもとに学校生活や給食等、学校管理下での対応が必要であるとされた方には、対応申請書類をお渡しします。

問診票は1月中旬配布予定です。1～5年生の全員に提出していただくものですので、お子さんが持ち帰りましましたら、ご記入のうえ提出をお願いいたします。ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

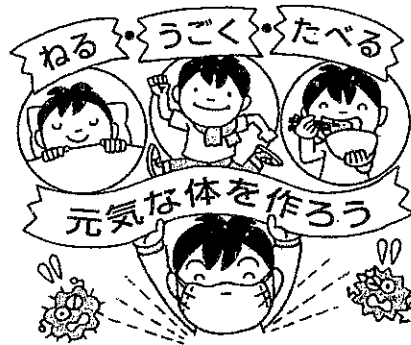


## 12月に学園小で発生した感染症

- \*インフルエンザ … 3人
- \*感染性胃腸炎 … 1人

\*水痘（水ぼうそう）… 2人

近隣ではインフルエンザによる学級閉鎖を行った学校もありましたが、学園小では感染が広がることなく2学期を終えることができました。昨年は、冬休み明けから一気に感染者が増加しましたので、手洗い・うがいはもちろんですが、マスクをするなどして予防に努めましょう。



12月に都から『水痘（水ぼうそう）の流行について』の注意喚起がありました。予防接種を受けていても発症するケースも出ていますので、疑わしい症状が出ましたら受診し、医師の診断を受けていただきますようお願いいたします。

### 水痘（水ぼうそう）



- ☆感染してから発症するまでの間は、10日～21日ほどです。
- ☆特徴的な症状は、3～5ミリほどの赤く盛り上がった発疹です。その後、水疱（水ぶくれ）になり、最後はかさぶたになります。38℃前後の熱が出ることもあります。
- ☆大人がかかると重症化することがあり、肺炎などの合併症も多くなります。

【出席停止期間】 すべての発疹が、かさぶたになるまで

### 緊急連絡先の変更などはありますか？

インフルエンザ流行期は、朝は元気でも学校で急に発熱するお子さんが多くなります。緊急連絡先や電話番号が変わった場合は、必ず担任まで連絡先をお知らせください。

また、緊急連絡先の学校へのお届けが携帯電話番号のみの場合、お仕事中などでなかなか連絡がつかず、長い時間つらく不安な状態でお迎えをお子さんが待たざる得ない状況になることもあります。お仕事中は携帯電話に出ることが難しいなどの場合は、お仕事先の連絡先を学校にお届けいただくと、早くにご連絡を差し上げることができるかと思っておりますので、ぜひよろしくお願いたします。

### マラソン旬間が始まります。(1月10日(金)～24日(金))

マラソン旬間中の中休みは、全校で校庭を走ります。けがを防ぐために、まずはくつのひもやマジックテープをギュッと締めしてから走るようにしましょう。ハアハアと息をきらしてがんばって走った後は、のどがカラカラに乾燥します。インフルエンザなどのウイルスが、体に入りやすい状態になりますので、ブクブクうがいを1回してからガラガラうがいを2～3回するようにしましょう。

