

## 児童の健康管理等について（お願い）

先週から今週にかけて、気候の寒暖差が激しく、疲れも出る時期と重なり、体調を崩す児童が多く見られました。特に吐き気や嘔吐、腹痛、下痢等、胃腸炎の症状で欠席したり、早退したりする児童が多い傾向にあります。

つきましては、連休中のご家庭での過ごし方等、下記の事項に御留意し、御協力をお願いします。

- (1) うがい・丁寧な手洗いを励行する。
- (2) 栄養のバランスのとれた食事を心掛け、睡眠を十分にとり、規則正しい生活をする。
- (3) 室内の温度、換気に十分注意する。（望ましい温度18～20度、湿度30～80%）
- (4) 吐き気、腹痛、嘔吐、発熱等の症状のある場合は、医療機関を受診してください。そして登校は控えてください。
- (5) 家庭で嘔吐した場合は、他の家族に感染しないよう処理に注意してください。

### ア 手洗いが大切

・手洗いに使用するタオルは共用せず、個人ごとにするかペーパータオルを使用する。

### イ 衣類に汚物がついた場合

- ①衣類をビニール袋等に入れ、周囲を汚染させない。
- ②85℃で1分間以上熱湯消毒するか、塩素系消毒液(0.02%)に、30～60分間浸す。  
※0.02%消毒液の作り方:水3リットルに10mlの原液を入れる。
- ③消毒後、他の物と分けて、最後に洗濯をする。

### ウ テーブルや床等に汚物がついた場合

汚染された場所は、塩素系消毒液で消毒する。



## 5月の保健目標 身のまわりをせいけつにしよう

- ①手足のつめは、切っているか？（長いつめはケガのもと。そして、ばいきんの巣になってしまいます）
- ②石けんで手あらいする習慣がついているか？（外遊び・体育・掃除・トイレの後、食事前、帰宅後など）
- ③ハンカチ・ティッシュを身につけているか？（せっかく洗った手も、洋服でふいてしまつては…？急に鼻血や鼻水が出てしまつたら…？）

## 衛生検査について



今年度は、5・10・1月の毎週金曜日に  
衛生検査を行います。  
項目はハンカチ・つめ・ティッシュです。

### おうちの方へ

衛生検査は、調べることが目的ではありません。習慣化を図るための、一つの手段としてのチェックであることをご理解いただき、ご家庭でも、身だしなみについてご協力をお願いします。身の回りの整理整頓、自分の体をいつもさっぱりと身ざれいにしている(つめを切る・きれいなハンカチを持つ・下着をとりかえる・手をまめに洗う)ことなど清潔に関するしつけは、感染症をふせぐための、大切な生活習慣です。小学生の頃に習慣化されたものは、お子さんの一生の清潔感を左右し、自分の健康は自分で守る」態度を養っていくのに役立ちます。習慣化するまでは繰り返しの言葉かけをお願いいたします。

## こんな日は **熱中症** にご用心

しつど たか ひ  
湿度が高い日



あつ ひ  
急に暑くなった日



かぜ よわ  
風が弱く、  
ひざしが強い日

からだ あつ な  
体がまだ暑さに慣れていないこの時期、  
きゆう うんどう  
急な運動をすると **熱中症の危険** があります。

- こまめな水分補給
- タオルで汗をふく
- 帽子をかぶる



いま  
今からしっかり  
たいさく  
対策しましょう

## 健康診断が続いています

学校での健康診断は、スクリーニング(疑わしいものを選び出すこと)です。実際に異常があるかどうか、またその原因や治療を知るには、医療機関での診察や検査が必要です。所見ありのお知らせを受け取った人は、速やかに受診しましょう。耳鼻科・眼科・内科・聴力は水泳指導が始まる前に受診してください。なお、内科健診は、脊柱・胸郭の検査や聴診のために学校医の指示のもと、プライバシーに配慮して検診会場の工夫をし、実施しております。

健康診断がすべて終了しましたら、7月上旬にご家庭にお知らせします。

