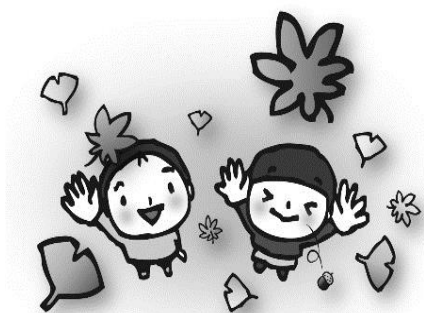


ほげんだより 11月

平成30年11月5日
海田南小学校 保健室



朝晩が冷え込み、木の葉が鮮やかに色づき、秋が深まってきました。歌声コンサートの練習が本格的に始まっています。教室や体育館から、きれいな歌声やリコーダーの音が聴こえてきます。どの学年も一生懸命練習に取り組んでいて、本番が楽しみです。

最近、発熱や嘔吐が増えています。インフルエンザの流行も心配になってきました。元気に過ごすために、「早ね・早起き・朝ごはん」で規則正しい生活をしましょう。また、外から帰ってきたときや食事の前には、「手洗い・うがい」を忘れずにして、かぜを予防しましょう。

保健委員会発表～手洗い名人になろう～

10月23日(火)の児童朝会で、保健委員会の児童が「正しい手の洗い方」について発表しました。これからインフルエンザの時期に入り、手洗いやうがいの予防が大切と話をした後、手洗い名人になるための7つのポーズについて説明しました。その後、あわあわ手洗いの歌に合わせて、全校で練習しました。



手洗い名人になるための7つのポーズ

- 1 お願いのポーズで手のひらを洗う
- 2 カメのポーズで手の甲を洗う
- 3 お山のポーズで指と指の間を洗う
- 4 おおかみのポーズで指先と爪を手のひらにこすって洗う
- 5 バイクのポーズで親指を反対の手で回しながら付け根から洗う
- 6 つかまえたのポーズで手首を反対の手でにぎって洗う
- 7 しっかりお水で洗ったら、きれいなハンカチでふく



☆保健室からのお願い☆

保健室では、体操服や制服、下着や靴下、シューズなど緊急時にのみ貸し出しをしています。借りた時は、必ず保健室に返してくださいませようお願いします。また、下着・靴下・シューズが不足しております。未使用でいらなくなった下着・靴下、サイズが合わなくて捨てるシューズがある方は、保健室に寄付していただくと助かります。よろしくお願いします。



お医者さんに聞いてみたいことはありませんか？

3学期に、学校保健委員会を開催する予定です。

学校保健委員会とは、学校医の先生や学校薬剤師の先生、PTA役員の皆様と関係職員が、本校の健康課題について協議する場です。昨年も、皆様から多数の質問を受け、校医の先生方にお答えいただきました。お子様の健康について、日ごろから気になっていることや不安なこと、聞いてみたいことがありますたら、ぜひこの機会にご相談ください。ご相談したい場合は、相談内容を下記の【学校保健委員会質問について】に記入され、きりとり線で切り取ってか



ら、担任または養護教諭までお返しく下さい。プライバシーに関わる内容がある場合は、封筒に入れるなどしてください。校医の先生からの回答は、個別にお返しするとともに、ほけんだより等で全体へご紹介させていただきます。同意されない場合は、個別にお返しするのみとします。たくさんのご質問をお待ちしております。

【 昨年度の質問 】

- 心配事があると腹痛があります。(毎日、決まった時間に痛がる) どのように対応すれば良いでしょうか？
- さみしいのか、気がつくと服の袖やおもちゃ、ティッシュまでかむことがあります。ガムはあまり与えたくありません。何かやめさせるよい方法はありますか？
また、このかむ原因は何かあるのでしょうか？
- アトピーがあるのですがよく全身をかゆがります。何か良い対策はありますか？
- 前歯がすきっ歯になっています。治るものでしょうか？

(この他にも、たくさん質問がありました。)

----- き り と り -----

【学校保健委員会質問について】

_____年 _____組 児童名

【 質問内容 】

この質問及び回答を、ほけんだより等で共有しても良い。(※個人名が明らかになることはありません)

はい ・ いいえ

締め切り 11月30日(金) 担任又は養護教諭まで