ほけんだより5月

保健目標:身のまわりをきれいにしよう

R5.5.12
秩父市立秩父第一小学校
保健室

GWは、楽しくすごせましたか？ 心と体の疲れをとるのに、とっても貴重なお休みでしたね。でも、リフレッシュしたはずなのに、なんだか疲れた～と感じている人はいませんか？

こんな症状はありませんか？



- □ 眠れない
- □ 楽しくない
- □ 人と会いたくない
- □ 食欲がない
- □ やる気がない
- □ イライラする

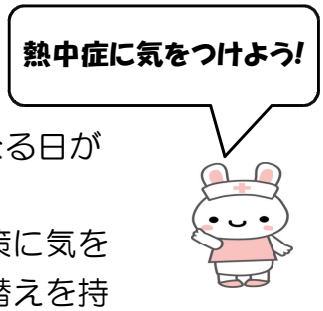
心や体の疲れが、気持ちや態度にでることがあります。リラックスをする時間を作りましょう。深呼吸をしたりボーッとしたり、ぐっすり寝てみたり、信頼できる人にお話したり、好きなことをしたり、自分の心と体にエネルギーを蓄え笑顔で過ごしましょう。

5月の保健行事



１７(水)　眼科検診(全学年)	洗顔を忘れずにしてきましょう。
２４(水)　尿検査(二次該当者)	該当者には、連絡します。

水筒・着替えを持ってきましょう!!



朝と昼の気温の差がありますが、日中の気温が高くなる日があります。

体育の授業時間等に、途中で水分を補給し熱中症対策に気をつけて活動していきます。汗をかく日は、タオルや着替えを持たせてください。

耳鼻科検診の結果



耳鼻科検診の結果、なんらかの異常がみつかったお子さんには、治療勧告書をお渡しました。水泳学習前に必ず受診し、プールの使用の可・不可を診断してもらってください。**医師の診断がないと入泳ができません**ので、よろしくお願い致します。

（人）

疾 病 名	1年	2年	3年	4年	5年	6年	全 校
耳　垢	2	6	3	4	4	1	20
鼻　炎	1	2	0	2	1	0	6
副鼻腔炎	2	2	0	1	0	0	5
学年集計	5	10	3	7	5	1	31

学校保健安全法施行規則に従い**聴力検査を1・2・3・5年生で実施しましたが、全員異常はありませんでした。**検査をしていない学年で、耳の聞こえが心配な場合は、聴力検査の実施をしますので、お気軽にお申し出ください。



今までと変わるところ!変わらないところ!!

新型コロナウイルス感染症が5月8日から第5類感染症に移行し学校における感染対策が変わっていく部分と変わらない部分があります。保護者の皆様のご理解とご協力をお願い致します。

1　**健康観察**・・・すでに、検温カードは使用せず各ご家庭での健康状態把握をお願いしています。引き続きよろしくお願いします。

2　**マスク**・・・・・・マスクの着用を求めないことを基本とし、着用は個人の判断に委ねることとします。但し、熱中症等の危険を伴う場合は、大人が外す促しを行っていきます。（マスク着用の有無による差別・偏見等がないよう適切に指導していきます。）



3　**手洗い・うがい・換気**は、継続していきます。

4　**笑顔と明るい希望**は、持ち続けましょう。