

ほけんだより10月

長後小学校 保健室
2021.10.1

コロナが流行している中、学校が始まって1ヶ月たちました。みんな「手洗い」や「距離をとる」など、気をつけて生活してくれていますね。やすみ時間も交代で外にでることや、タブレット PC を使って室内で過ごすことも新しい試みでした。引き続き、感染症対策をしながら、生活していくこととなります。そんななかでも、スポーツの秋、読書の秋、食欲の秋・・・いろいろな秋をたのしんでね！

「暑い」から「寒い」へ ...季節の変わりめです

きびしい暑さもようやくおさまってきて、これからは朝と夕方に気温が下がる日がだんだんと多くなります。「暑くなったらぬぐ」、「寒くなったらきる」と、自分でちようせつしてすごせるといいですね。

天気にあわせた服えらびも、病気の予防につながる大切なことです。からだの調子をくずさないように、服そうにもきをつけて秋をたのしみましょう。



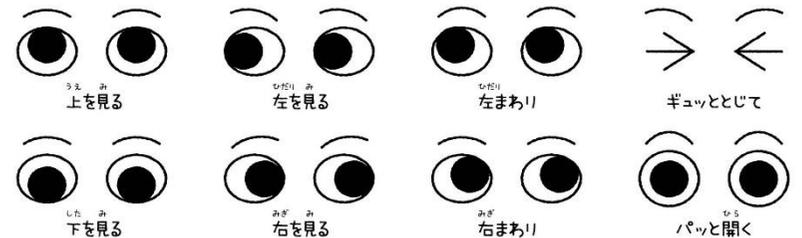
みなさんは自分の目のことどのくらい知っているかな？
大切にしているかな？

《タブレットを使うときは目を休めながら！！》



みなさんの目は、起きている間はたらきつづけています。近くの画面を見続けると、目のピントを合わせる場所が疲れてしまいます。画面と目は30cm、間をあけましょう。30分使ったら、とおくの雲や木を見て目をやすめよう！

目のだいそう
やってみよう



保護者の方へ

2学期が始まって1ヶ月がたちました。学校生活で感染が心配されましたが、新規感染者数も落ち着いており、ほっとしています。健康調査票の記入、かぜ症状の出席停止などのご理解とご協力ありがとうございます。

10月も登校の基準は9月と変更ありません。 **かぜ症状がある場合は、熱がなくても出席停止となりますので、お休みして様子を見てください。(同居家族も含みます)**

各学年、秋の行事が計画されています。体調に気をつけて楽しい思い出を作ってほしいと思っています^^



健康調査票

「健康調査票説明書」を参照して記入してください。毎日、検温をし児童生徒に、発熱【A】と健康調査票説明書の発熱の基準参照児童生徒の同居家族に37.5度以上の発熱がある場合や、「健康調査票説明書」の「2」「4」を確認する

		9/ 1(水)	9/ 2(木)	9/ 3(金)	9/ 4(土)
体温		℃	℃	℃	℃
【A】 ○がある→説明書「2発熱の基準」を確認する	だるい				
	食べたくない				
	はきけがきく				
【B】 ○がある→説明書の「2」「4」を確認する	せき				
	のどが痛み				
	鼻水が出る				
	たんが出る				
	息苦しさ 動けないようなおそさ				
○がある→説明書の「2」「4」を確認する	同居家族に発熱や【B】の症状がある				
メモ					
学校確認欄					

【B】のどこかに○があれば出席停止です。おうちで休んでください。

症状がアレルギーや喘息の場合、受診済みなどはメモ欄へ記入

こんな質問がありました！

Q1：咳がでるくらいで、熱がないのですが、欠席しなければいけませんか？

A1：ぜんそく等ではなく、かぜ症状であれば、出席停止になります。症状【B】に○がある場合はお休みしてください。

Q2：症状があっても、医師の許可があれば登校できますか？

A2：病院受診していただいて、医師の許可があれば登校できます。メモ欄にご記入ください。

Q3：同居家族がワクチン後に発熱している場合も出席停止ですか？

A3：ワクチンの発熱と言い切れないので出席停止になります。

Q4：兄妹がいて、1人にかぜの症状がある場合、他の兄妹は元気なので登校できますか？

A4：兄妹の子も出席停止です。(早退する場合も兄妹がいれば、一緒に早退となります)

Q5：学級閉鎖になり、濃厚接触者が特定されるまで、兄妹も出席停止ですか？

A5：濃厚接触者の特定がされるまでは、同居家族の行動制限はありません。登校できます。

本日健康手帳を返却しました。9月を確認していただき、学校にご提出ください。毎回子どもたちの成長を見るとうれしくなります。ぜひ一緒にご確認ください^^
お手数ですが、引き続き毎日の健康調査票の記入と出席停止のご理解をお願いします。