

保健だより

藤沢市立御所見小学校 保健室
保護者の皆様へ No.13 2021.10.4

9月から「健康調査票」が変更しています!!

これまでもお知らせしてきましたが、2学期から「健康調査票」の記入欄が変更しています。今までと同じく、お子さんの体温や体調について記入をしていただくだけでなく、同居のご家族の皆様にも発熱や体調不良がないかを記入していただく欄があります。

これは、本校だけでなく、藤沢市立学校としての取り組みで、中学校でも同様です。集団生活における感染症対策です。

この「健康調査票」の裏面に説明書があります。下記の点につきましてご協力をお願いします。

☆ ご家族の皆様、全員の体調について質問に答える欄があります。保護者の方に、ご記入していただきたくお願いします。

☆ 平熱との比較が必要となります。平熱の欄は、必ず記入してください。

☆ 休日等、登校しない日も体温や体調についての記入をお願いします。

☆ 毎日、必ず記入する欄があります。記入もれのないよう、ご確認ください。

* 本校に通っているお子さんはもちろん、ご家族のどなたかが「体調が悪い」場合は、自宅で様子をみてください。お子さんは元気でも、登校することはできません。

* 登校後に体調不良となり、お迎えをお願いする場合は、兄弟姉妹も全員、早退していただくことになります。中学生の兄弟でいても同じです。

* 新型コロナウイルスワクチン接種後の体調不良であっても、体調不良では登校することはできません。また、ご家族の場合も、同居家族の体調不良となりますので「登校」できません。

* 「喘息の咳」や「アレルギー性鼻炎の鼻水」と診断されている場合は、「健康調査票」裏面に記載されているように、風邪症状と区別できるようお知らせください。登校可能です。

新型コロナウイルス感染症について 今、もう一度、確認!



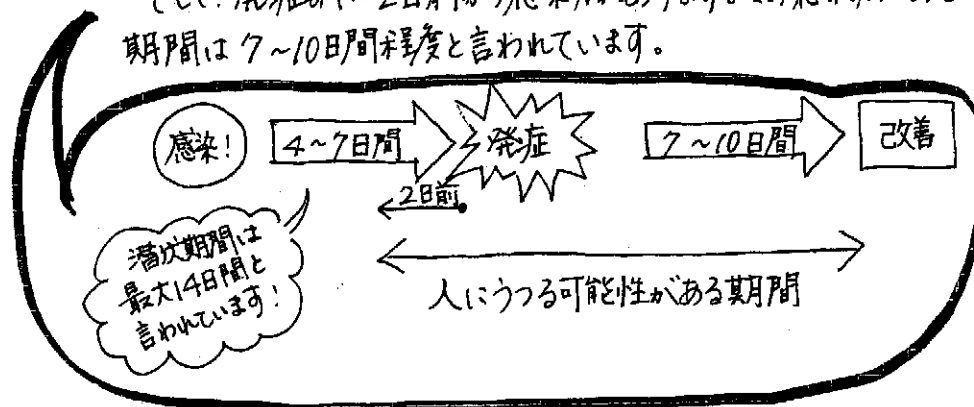
9/1時点で、日本においては人口の約1.2%となる1,482,253人が診断を受けている感染症です。

症状は、発熱や咳、味覚・嗅覚異常など、様々な症状が言われており、個人差があるようです。子どもは、無症状であるとの割合が多いとも言われ、こちらも個人差がありますが、主な症状は次の通りです。

・発熱 ・咳 ・のどの痛み ・寒気 ・息苦しさ ・下痢
・嗅覚障害 ・湿疹 ・くしゃみ ・鼻水

潜伏期間は4~7日間あり、発症から7~10日間で改善とされています。もちろん、症状によって改善までの日数は前後します。

そして、発症の1~2日前から感染力があります。この感染力がある期間は7~10日間程度とされています。



これからも感染症対策をしています。

マスクの着用、石けんでの手洗い、ソーシャルディスタンス等、子どもたち自身ができる感染症対策を指導していきます。

マスクやハンカチの用意や、予備の準備をお願いします。

えがお

藤沢市立御所見小学校 保健室
児童のみなさんへ 16.11.2021.10.4

自分の健康を守る行動をしよう！

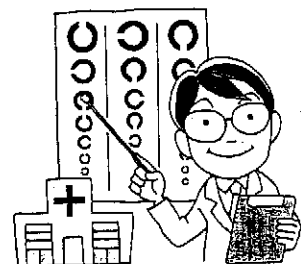
そして、毎日、続けていきましょう！！

9月から、自分だけでなく、いっしょにくらしている家族が具合が悪い場合も、学校に来ることができません。それは、10月からも同じです。
「健康調査票」に体温と、家族全員の体調について記入してもらいましょう。

10月からは、登校したら「手を洗い」、教室へ入ります。教室の中で「健康調査票」を確認します。

みなさんが、人との距離をあけることで、できる活動が増えていきます。マスクをしていたら1メートル以上、運動などでマスクをはずしていたら2メートル以上、間をあけるようにします。

10月の保健目標は「目も大切にしよう」



「目も大切にしよう」ためには必要なのは、十分な睡眠をとること。そして、目を疲れさせないと。テレビやゲーム、スマホなど長時間、じーっと見るのは目が疲れてしまいます。自分の目、大切にしようね。

おうちのひと、いっしょにやってみよう！

1年生から6年生まで、毎日、給食の時間におしやべりずすに静かに食べている姿は、本当にすばらしい！自分のためにも、みんなのために、続けていきましょう！！

せっけんて手を洗いましょう！

朝、学校に登校したとき、トイレの後、給食の前と後、休み時間に遊んで教室に入る前、みんなでする物にさわる前と後、家や児童クラブへ帰ったとき...など、毎日、なん回も手を洗います。
「せっけんて手を洗う」ことが、病気の予防につながります。毎日、なん回も、くり返し手を洗うことになります。

これから、秋が深まり、少しずつ冬がやってくるでしょう。そうすると、空気が乾燥します。洗ってぬれたままの手は、あれてカサカサしてきます。ほっておくと、どんどんあれてしまいますね。

そうならないために、手を洗ったらハンカチやタオルで手を拭くことが大切です。必ず、ハンカチを身につけましょう。そして、予備のハンカチをカバンに入れておきましょう。

健康診断の日程です！～10月の予定～

21日(木)ハケ岳保健食教室前検診...5年生

8:50～、図書室
内科検診と同じように実施します。服装に注意！
「健康観察記録表」を忘れずに持ってきてください。