

ほけんだよい

☆うちのひとといっしょに読みましょう☆

鴻巣市立小谷小学校
保健室
平成31年3月1日号

3月に入り、ようやく日差しが少し暖かく感じられて、風の冷たさも緩んできました。でも、まだ季節の変わり目。「寒の戻り」という言葉がありますが、一時的に寒さが戻り、寒い日と暖かい日が『日替わり』でくることもあるので要注意。その日の気温に合わせて衣服の調節ができるようにしましょう。

3月3日は耳の日

生活の中で耳をいたわるころがけ



定期的に耳掃除をする
(しすぎにも注意)



鼻をつよくかみすぎない
(片方ずつ)



人の耳元で大声を出さない
(ふざけて叩いたりしない)



ヘッドフォンの音量は控えめに
(時間を決めて)

耳をたいせつに 耳あかと耳そうじ

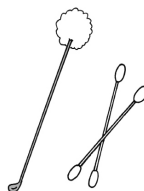
●耳の中もきれいに

耳あかをとらずにほっておくと、たまって固まり、音が聞こえづらくなってしまいます。ときどき耳そうじをしましょう。ただ、あまりやりすぎると耳の中をいためるので、2~3週間に1回で十分です。



●耳そうじのポイント

耳あかは入口から1センチくらいまでのところにあるので、あまり奥まで気にする必要はありません。なお、耳あかには①かわいたタイプ②しめったタイプがあり、①は耳かき、②はめん棒がそうじしやすいと言われています。



保健委員会で教室環境チェックを実施しました



教室内の換気と湿度の管理ができているかを毎日2時休みにチェックしました。
暖かい日が増えてきますが、まだインフルエンザや感染性胃腸炎などの感染症が流行する恐れがあります。手洗い・うがい、規則正しい生活、マスクの着用など、引き続き感染症の予防に努めましょう。

保健室からお知らせ

☆☆日本スポーツ振興センターの申請について☆☆

学校管理下でケガをした場合、スポーツ振興センターの災害共済給付金の申請ができます。申請できるのは、ケガをしてから2年以内です。学校管理下で起きたケガについて、お心当たりがある場合や申請の書類がまだお手元にある場合は、保健室へ連絡または書類の提出をお願いします。

★学校管理下とは以下のような場合です★

- ・登下校中の通学路
- ・校内(業前、放課後の特定の時間・授業時間・休み時間)
- ・校外学習



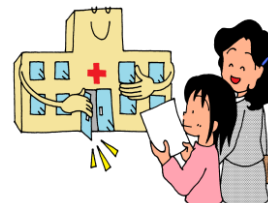
☆☆今年度中に受診・治療を！！☆☆



治療が終わったけれど、学校に治療のお知らせの用紙を提出していない場合は、学校へ提出をお願いします。また、治療が済んでいない場合は、気持ちよく新年度を迎えられるよう、医療機関の受診をお願いします。

☆☆アレルギーの対応について☆☆

現在、アレルギー疾患により「学校生活管理指導表」をもとに給食や薬の管理等の対応をしている児童に対して、来年度の対応を検討するための書類(牛乳停止申請書・学校生活管理指導表等)の配付や面談を実施しています。主治医の先生と相談し、必要書類の提出をお願いいたします。また、来年度新たに配慮を希望する場合は、学校へご連絡ください。



☆☆6年生の保護者のみなさまへ☆☆

- ・卒業式前に保健カードを各ご家庭へ返却します。市内の中学校へ進学する場合は、進学先の中学校でも引き続き使用しますので、必要事項を記入し、入学後に進学先の中学校へ提出してください。
※詳細は保健カードと一緒に配付する通知でお知らせします。
- ・アレルギー疾患(食物アレルギーや気管支喘息等)の対応について、小学校から中学校へ申し送ることになっておりますので、新たに配慮を希望する場合は、今月中に担任までお知らせください。



その他、来年度に向けて、お子さんの健康面でご心配なことや伝えておきたいことなどがありましたら、学校へご連絡ください。



★教室環境チェック結果★

2月8日(金)	2月12日(火)	2月13日(水)	2月14日(木)	2月15日(金)	2月18日(月)	2月
引きつづき、教室の換気と加湿を継続します。	引きつづき、教室の換気と加湿を継続します。	引きつづき、教室の換気と加湿を継続します。	引きつづき、教室の換気と加湿を継続します。	引きつづき、教室の換気と加湿を継続します。	引きつづき、教室の換気と加湿を継続します。	
保健委員会	保健委員会	保健委員会	保健委員会	保健委員会	保健委員会	
合格	合格	合格	合格	合格	合格	

★チェック結果★

換気実施率: **94.4%**

加湿器使用率: **96.4%**

ぬれタオル使用率: **96.4%**

一番よくできていたクラス: **1年生**