

ほけんだより

令和6年8月保健室
川崎市立稲田小学校
川崎市立中央支援学校稲田分教室

夏休みはいかがお過ごしだったでしょうか。今年も水に関する事故のニュースを多く聞きました。夏休み明け皆さんの元気な姿を見て安心し、私も元気をもらいました。まだまだ残暑が続く日々ではありますが、子どもたちの学校生活が充実するよう、校内での子どもたちの健康を見守っていききたいと思います。

健康診断 結果のお知らせについて

◎夏休み中に、健康診断の所見に関して、病院受診が済んだ方は学校へ「結果のお知らせ」をご提出ください。また、ご家庭での健康観察も引き続きよろしくお願いいたします。

健康相談について

夏休み明け、いつも通りの学校生活に慣れるまで、不安があったり心配があったりすると思います。お子さんの気になることや心配がありましたら、どうぞ遠慮なく学校へお知らせください。また、子どもたちがいつでも相談できるように「けんこうそうだんボックス」を保健室前廊下に設置します。なかなか言いにくい相談や、悩みなどにも、「けんこうそうだんボックス」を活用して支援につながれたらと思います。ご家庭でもお子さんに「けんこうそうだんボックス」のことをお話していただければうれしいです。

感染症情報について

夏休み明けも様々な感染症が流行しています。生活リズムを整え、疲れをためないように過ごしましょう。一番の感染防止対策は、**流水や石けんによる手洗いをしっかり行うことです。**外出後、食事前、トイレ後の手洗いが大切です。

マイコプラズマ感染症について（出席停止の期間は明確に定められていませんが、病状により医師が感染の恐れがないと認めるまで出席停止となる可能性があります）

- マイコプラズマ感染症とは・・・夏から秋にかけて多く、家庭内感染や再感染も多く見られます。5歳～15歳頃に好発しやすいようです。成人でも罹患することがあります。
- 流行時期・・・夏から秋にかけて流行し、咳を主症状とする細菌肺炎では最も多いです。
- 感染経路・・・飛沫感染で拡大します。
- 症状・・・□咳・発熱・頭痛等のかぜ症状がゆっくりと進行し、特に咳は徐々に激しくなります。しつこい咳が3～4週持続する場合があります。
- 治療方法・・・ワクチンはなく、適切な抗菌薬を服用します。

手足口病の流行について（出席停止は定められていません）

夏休み前からも今年は手足口病が過去10年と比較してかなり多い状況で流行しています。引き続きお子さんの体調管理をお願いします。体調不良時には無理をさせず、ゆっくり休養してください。

- 手足口病とは・・・手足や口の中などに水痘を伴う複数の発しんが出る感染症です。発熱は発症した人の約3分の1で起こり、38度以下のことがほとんどです。多くの場合、数日間で自然に治りますが、まれに合併症を起こし、重症化することがあります。
- 流行時期・・・夏を中心に毎年発生します。2歳以下が半数をしめますが、小学生でも流行的発生がみられることがあります。
- 感染経路・・・飛沫感染、接触感染、糞口感染（便と一緒に排泄されたウイルスが口に入って感染すること）が知られています。
- 症状・・・□高熱が2日以上続く □嘔吐する □頭痛 □視線が合わない □ぐったりしているなど
- 治療方法・・・手足口病には特別な治療法がなく、症状に応じた対症療法を行います。まれに重症化することがあるため、以下の症状がある場合は、医療機関への受診をご検討ください。

子どもの目の健康を守りましょう！

文部科学省のウェブサイトにて、目の健康について啓発がありましたのでお知らせします。視力の低下など気になることがありましたらいつでも学校へご相談ください。

ふくろう先生からのお願い

目の健康のために みんなにお願いがあるよ



お願い ① できるだけ外で遊ぼう！

外で過ごすと近視になりにくいと言われているよ！
熱中症や紫外線などへの対策も忘れずにね！



お願い ② 長い時間、近くを見続けないうでね！

明るい部屋で 暗いときは明かりをつけてね	近くで見ない 本や画冊を自らから 30cm以上離してね	時々きゅうけい 30分に1回は体を動かそう！
		

こんなことがあったら、おうちの人に伝えてね！

黒板の字が見えにくい	目を細めないと 遠くの文字が読みにくい	ぼやけて見えたり かさなって見えたりする
------------	------------------------	-------------------------

文部科学省