

ほけんだより 5月

令和8年4月30日
川崎市立菅小学校
保健室

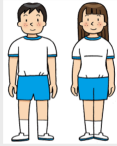
新しい昇降口や教室で緊張していた子どもたちも徐々に表情がほぐれ、毎日楽しそうな笑い声が保健室まで聞こえてきています。体育の授業や校庭遊び、放課後の校庭開放も始まり、子どもたちの活動量が増えてきています。日差しが強く、気温の高い日もあります。衣服の調節と水分摂取に気を付けてお過ごしください。

～5月の保健行事のお知らせ～

				1 視力 1年 尿検査(2次)	2	3
4	5	6	7	8 聴力 5年	9	10
11 聴力 3年	12 聴力 2年	13 聴力 さくら	14 聴力 1年	15	16	17
18	19	20	21 眼科 (全学年)	22	23	24
25 心臓病検診 (1年)	26	27	28 耳鼻科 (1・3・5年)	29	30	31

<保健指導のスライドの一部>

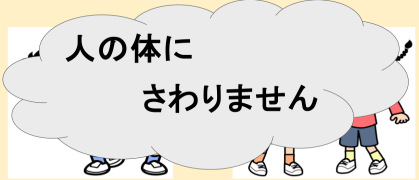
「ちょっと肩がきついな」
「お腹や背中が出ちゃうな」
「体が大きくなって、体育着がきつくなったよ！」
お家の人に伝えましょう。



こんなこと、やっていませんか？

人の体に
さわりません

抱きつく さわる



身体計測の前に体の成長や人との関わり方について、スライドを使って話をしました。体に合った体育着(衣服)を着用することは、運動効率を上げるだけでなく、自分の体を守ることにもつながります。そろそろ肌着も着た方がいいかなと思われる児童もいましたので、体育着(衣服)についてご家庭でもご確認ください。また、自分の体だけではなく、周りの人の体も大切にできるように「人の体にさわりません」と話をしました。『自分が嫌な思いをさせているかもしれない』と考えながら、周りの人と関わってほしいと思います。

これからは活動すると汗ばむ日が多くなっていきます。自分で汗の始末が出来るように、汗ふきタオルや体育の際の肌着の替えなどの準備をお願いします。皮膚の清潔を保つことで、夏に多くみられる「あせも」や「とびひ」の予防にもつながりますので、ご協力をお願いします。



～感染症情報～

川崎市内で多く報告されている感染症は、1)感染性胃腸炎、2)インフルエンザ、3)A群溶結性レンサ球菌咽頭炎、となっています。菅小学校では、感染症の報告は出ていません。

< 麻しん(はしか)について >

全国的に麻しんの報告が相次いでおり、川崎市内においても昨年1年間で2名だった報告数が今年4月までに19名と急増しています。麻しんは空気感染・飛沫感染・接触感染により感染し、感染すると**免疫のない人はほぼ100%発症**します。症状は発熱や咳等の症状が3日程度続いた後、**高熱と発しん**が出現します。ワクチンを接種している場合は症状が軽く、上記の典型的な症状がみられないこともあります。麻しんは、発熱前日から解熱後3日間を経過するまで感染力があるとされています。5月は連休があり、遠方へ出掛けたりいろいろな人と会ったりすることがあると思います。感染拡大を防ぐために、疑わしい症状がみられる場合は事前に医療機関に電話等で相談の上、公共交通機関等の利用を避けて受診しましょう。