

ほけんだより

令和8年10月1日
No. 6
川崎市立王禅寺中央小学校
保健室



台風以来雨の日が記録的に長く続いています。子どもたちが校庭で元気に遊ぶことができる秋晴れの日が待ち遠しいですね。今月末には運動会が開催されます。これから室内や校庭での体育的活動も増えてきますので、お子さんの体調管理についてご家庭でのサポートをよろしくお願いします。

インフルエンザウイルスの感染にご用心

本校でもすでに数名の罹患者が報告されています。ニュースでも取り上げられているように、今季のインフルエンザ流行は例年よりも早いようです。運動会練習が始まると、紅白に分かれたり、二学年合同練習が始まったりするので、インフルエンザの感染拡大については気になるところです。発熱や咳が出るといった感染症を疑う体調の日には欠席とし、病院受診やご家庭で養生してください。

インフルエンザは出席停止となる感染症です。医師よりインフルエンザの診断を受けた場合は、最初に発熱した日を0日として、5日間は自宅療養期間となります。辛い症状がさらに継続する場合はその後の日数も出席停止となります。登校する際には、医師からの書類ではなく、ご家庭で「インフルエンザ療養報告書」を記入され、提出していただくことになっています。書類は学校ホームページ「学校からのお知らせ」欄に掲載しています。



ハチが活動的になってきました

木々の隙間や土の中など、ハチが巣作りのために働いています。屋外でハチの被害を減らすためには、むやみに巣に近づいたり、刺激しないことです。特に黒っぽい服装は刺激するため、明るい色の服装のほうが安全です。匂いの強い柔軟剤使用、甘い飲み物、整髪料なども刺激になります。



ハチの巣があったら
近くにハチがきたら

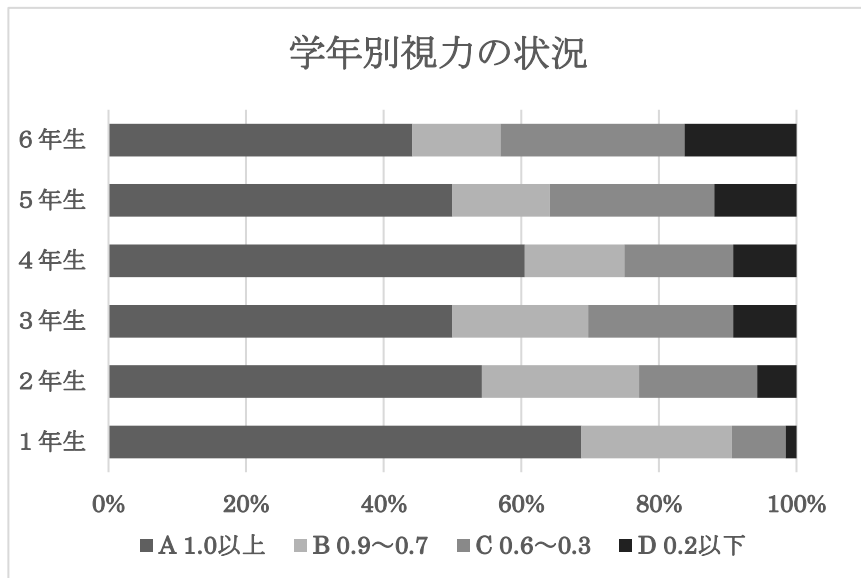
刺されてしまったら

近づかず、静かにしてその場を離れましょう。
手で払ったりせず、体勢を低くし、ゆっくり後ずさって離れましょう。
冷やして安静にし、息苦しさやじんましん、めまいなど体調不良があれば病院を受診しましょう。

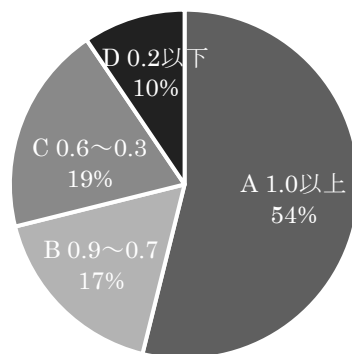
春に行った視力検査の状況について

「健康診断の結果のお知らせ」用紙で視力が両眼1.0より悪かったお子さんについては視力の状況についてご連絡しました。受診され、メガネを新しく購入したり、医師と相談の上このまま様子をみることになったりと、ご報告を受けています。

下のグラフは、学年別に各児童の悪いほうの視力で集計したものです。学年が上がると視力低下が進んでいることがわかります。



全校児童の視力の状況



メガネは正しく扱いましょう

子どもたちのなかには、メガネの扱いが非常に雑で、変形していたりレンズの傷や汚れがひどいことがあります。メガネを作った際に説明があったと思いますが、自分のために調節された大事なメガネ、丁寧に扱いましょう。



寝る時間、起きる時間を決めましょう

体調不良の相談を受ける際、保健室ではおよその就寝時間と起床時間を尋ねています。時計がまだ読めない子もありますが、「知らない」「決まってないからわからない」という回答は意外に多く聞かれます。翌日の生活が快適になるために、よい睡眠を意識してもらいたいです。今月は運動会練習もあり、毎日疲れて帰宅すると思います。まずはご家族の約束として、お子さんの寝る時間と起きる時間を決め、心地よい生活リズムが作れるようにお声かけをよろしくお願いします。