

ほけんだより



令和3年2月5日発行
磐田市立向笠小学校
保健室

りっしゅん す すこ はる ちか
立春を過ぎ、少しずつ春が近づいてきていますが、まだまだ寒い日が続きます。
がつ ほけんもくひょう がつ ひ つづ かんせんしょう よぼう
2月の保健目標は、1月に引き続き「感染症を予防しよう」です。今月は、学級タイ
ムに「けんこうの日」があります。自分の手洗いの方法について、振り返ってみましょう。

〈2月の保健目標〉

かんせんしょう よぼう
感染症を予防しよう



いつ、手を洗えばいいの？

- とうこう あと
・登校した後
- あと
・トイレの後
- あと
・そうじの後
- まえ
・給食の前
- もの あと
・みんながさわる物をさわった後



て あら たいせつ
こまめな手洗いが大切
です。このほかにも、
じかん
時間があるときには手
あら
洗いをしましょう。

ウイルスは残っていませんか？



- ゆび さき おやゆび
・指の先 ・親指
- ゆび あいだ てくび
・指の間 ・手首



て あら
手洗いをしても、
て
手にウイルスが残り
のこ
っていると、口や
くち
鼻から体の中に
はな からだ なか
はい
入ってしまうことが
あります。

よご
汚れ、ウイルスが残りやすいところ
のこ
ろです。ていねいに洗いましょう。
あら

寒さと空気の乾燥で、のどの痛みや鼻水・咳などの症状が出やすい季節です。熱がなくても、風邪などの症状がある場合には、無理をして登校しないようにしてください（欠席ではなく、出席停止となります）。引き続き、登校前の健康観察をよろしくお願いいたします。

 手のひび・あかぎれ 

今年は、1日の中で手を洗う回数が増えていることもあり、手のひびやあかぎれから出血して痛いと保健室に来る児童が多いです。

ひび・あかぎれは、気温の低下、空気の乾燥、手洗いによって皮膚の水分や皮脂が不足して起こります。

特に入浴後は皮膚が乾燥しやすいため、就寝前にクリームを塗るなど、早めのケアが効果的です。



★「けんこうの日」について★

2月の学級タイムに、各学年に手洗い指導を実施します。汚れに見立てたローションとブラックライトを使用して、正しい手洗いができているか実験します。

ハンカチを忘れずに持たせていただきますようお願いします。

※手洗いチェッカー液の成分は、保湿剤、安定化剤、蛍光剤です。皮膚疾患などの心配から使用を控えたいなど、ご心配な点があればご連絡ください。

【手洗いチェッカー専用ローション サラヤ株式会社】



治療はお済みですか？

今年度は、健康診断の実施時期が例年より遅かったため、まだ治療がお済みでないお子さんもいるようです。

来年度の健康診断は1学期に実施する予定です。「〇〇検診結果のお知らせ」の用紙がお手元にある場合は、今年度中に受診を済ませていただきますよう、お願いします。



☆節分☆

今年度は、百二十四年ぶりに二月二日が節分となりました。豆まきをしたり、恵方巻きを食べたり、御家族で楽しく過ごされたのではないのでしょうか。今年の恵方は南南東です。恵方は神様のいる方角で、その年の縁起の良い方角とされています。二〇二一年も、子どもたちにとって笑顔あふれる年になると良いですね。

