

ふゆやす とう ほけんだより 冬休み号

東豊中小 2020.12.24

保健室

いよいよ、待ちに待った冬休みが始まります。冬休みは楽しいイベントがたくさんありますね。クリスマスやお正月など季節の行事があります。この機会にうちのひととゆっくり過ごしてみたいかがでしよう。うちのお手伝いもいいですね。

ただ、心配なのはこれからの季節は冬本番。ますます冷え込みが厳しくなります。気温が下がってくると体の免疫力も低下し、かぜやインフルエンザ、コロナウィルス感染症にかかりやすくなります。こまめに手洗いやうがいをして、食事や睡眠、運動など生活リズムを崩さずに温かくして過ごしてください。

素敵な冬休みになりますように。

わかるかな？

- ① ン
- ② ン
- ③ ン

ヒント

- ① ウィルスを追い出すために1時間に1回はしよう



- ② 寒くても外で体を動かそう。体力もアップするよ



- ③ 夏はこまめにしても、冬になると忘れがち。空気が乾燥する冬にも必要です



寒くても元気に！

ウイルスがきらいなことって？



ウイルスがきらいなことを考えてみよう。

みんなで実行すれば、

ウイルスに負けず元気に過ごせるはず！

手洗い

石けんを使って25秒ほど洗えば、約百万個のウィルスを数百個にまで減らせます



マスク



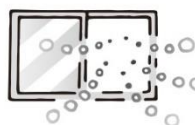
しぶきと一緒に広がるウィルスをとじこめます

適度な湿度

インフルエンザウィルスなら、湿度50～60%で感染力が弱まります



こまめな換気



空気を入れ替えて、室内のウィルスを追い出します

ほごしやさま
保護者様へ

3学期の保健行事									
2測定（身長と体重の測定）があります									
令和3年（2021年）1月12日（火）～1月19日（火）									
1月12日（火）6年生				1月13日（水）5年生					
1月14日（木）4年生				1月15日（金）3年生					
1月18日（月）2年生				1月19日（火）1年生					

測定時は体操服で測定いたしますが、防寒対策で上着着用で移動し、保健室内は換気をしながら暖房を十分に温めて行います。また、ソーシャルディスタンスで距離を取りながら行います。

保健室 来室状況											
内科的（体調不良）										2020.12.11現在	
9月（8月25日～31日）			10月			11月			12月		
来室数		45名	来室数		25名	来室数		21名	来室数		4名
保健室にきた人数			保健室にきた人数			保健室にきた人数			保健室にきた人数		
どんなことできたの	頭痛	22名	どんなことできたの	頭痛	3名	どんなことできたの	頭痛	5名	どんなことできたの	頭痛	2名
	腹痛	8名		腹痛	6名		腹痛	6名		腹痛	1名
	しんどい	7名		しんどい	9名		しんどい	7名		しんどい	1名
	その他	8名		その他	6名		その他	3名		その他	0
外科的（ケガ）											
9月（8月25日～31日）			10月			11月			12月		
来室数		166名	来室数		96名	来室数		74名	来室数		51名
保健室にきた人数			保健室にきた人数			保健室にきた人数			保健室にきた人数		
どんなケガ	すりむいた	64名	どんなケガ	すりむいた	37名	どんなケガ	すりむいた	21名	どんなケガ	すりむいた	23名
	うった	52名		うった	44名		うった	22名		うった	9名
	その他	19名		その他	13名		その他	13名		その他	1名
ケガをした場所	教室	58名	ケガをした場所	教室	31名	ケガをした場所	教室	31名	ケガをした場所	教室	23名
	運動場	53名		運動場	46名		運動場	46名		運動場	9名

毎朝の検温、ありがとうございます。忙しい朝にお手数をおかけして申し訳ありません。感染予防の一環で行っております。検温カードの忘れがないか出かける前に、ご確認ください。おかげさまで子どもたちが元気に学校で過ごせることができました。どうぞ、ご協力ご理解のほどお願いいたします。