

ほけんだより



令和6年11月 1日
渋谷区立笹塚小学校
養護教諭

冬にむけて体調管理ができるように・・・

秋も深まり、朝晩が特に冷えこむようになりました。寒暖差が激しい時期ですが、衣服の調節を上手にできない児童がいることが気になります。教室の中でも朝着てきた上着のままだったり、休み時間に厚着のまま校庭で遊んだりする姿も見られます。自分で体温を調整できるように声をかけていきます。これからインフルエンザの流行も心配されます。ご家庭でも体調管理をどうぞよろしくお願いいたします。



11月の保健目標
姿勢に気を付けよう

寒くなると体が縮こまって姿勢が悪くなりがちです。良い姿勢を意識しましょう。

マイコプラズマ肺炎等感染症の流行について

9月より溶連菌感染症やマイコプラズマ肺炎、手足口病等、感染症が罹患者が出ています。特にマイコプラズマ肺炎に関しては、必ず高熱が出るものではなく、気づかないうちに広がる可能性があります。以下の点にご注意ください。

症状: 発熱、長く続く咳、喉の痛み、全身の倦怠感など。

予防: 手洗い、うがい、マスクの着用を徹底しましょう。

受診: 症状が見られる場合は、早めに医療機関を受診してください。

体調不良時の対応について

お子さまが体調不良の場合は、無理をせずに自宅で休養させてください。登校再開の際には、医師の診断に基づいて判断してください。学校から体調不良で早退する場合は、必ず保護者の方に教室や保健室にお迎えに来ていただくことになっています。

ご不明な点がございましたら、保健室までお問い合わせください。引き続きご協力をお願いします。