



令和2年10月15日
渋谷区立代々木山谷小学校
校長 盛永 裕一
養護教諭 大島 典子

10月の保健行事

13	火	歯科検診 (1・2・3年生)
14	水	歯科検診 (4・5・6年生)
15	木	心臓検診 (1年生・転入生) 体育着を忘れずに!
19	月	眼科検診 (全学年)
23	金	色覚検査 (4年生希望者)



9月26・29日の「体育の日」は、皆さん一生懸命がんばりましたね。新型コロナウイルスの影響で、昨年度とは違った形での開催となりましたが、一人一人がんばっている姿はとてもすてきでした。大きなけがもなく、運動会を終えることができ、嬉しく思っています。

さて、10月になり、朝夕は少し涼しくなってきました。この時期は暑さと涼しさが入り混じるため、体調を崩す人が増えやすいときです。気温の変化に合わせて、上着を用意するなど、こまめな衣服の調節ができるといいですね。

保護者の皆様へ



10月の保健目標 目を大切にしよう!

目のギモン

Q. 目をこすったら どうして ダメなの?
A こすって目の表面にキズができると、バイキンが入りやすくなります。目の病気にかかってしまうことも。

Q. 暗いところで本を読んだら どうして ダメなの?
A 光を取り入れようと、目の筋肉が緊張状態になります。長い時間続けていると、目が疲れてしまうのです。

Q. 太陽を見たら どうして ダメなの?
A 太陽から届く光の明るさは、地面から1mの高さにあたる100ワットの電球1,000個分と同じ。直接見ると、目を傷めてしまいます。

コロナウイルス 目も入口?

口や鼻を入口に体の中へ入ってくる、新型コロナウイルス。目からも入る可能性があるのを知っていますか?
 感染している人のせきやくしゃみのしぶきに含まれるウイルスが目や鼻の表面についたり、ウイルスのついた手で目を触ったりこすったりすると体の中に入ってくるかもしれないのです。そこで大切なことは、やっぱり石けんによる十分な手洗いです。



<健康観察について>

お子様の健康観察表の記入やサインへの御協力ありがとうございます。今後もしばらくは、健康観察表を継続していく予定です。後期が始まりましたが、検温忘れや記入忘れで保健室に来室する人数が多いなと感じました。健康観察表を忘れた児童は保健室で熱がないことを確認してから授業へ参加しています。集団で生活する特性上、御理解いただき、引き続き朝の検温、健康観察に御協力お願いいたします。

<インフルエンザ予防接種について>

インフルエンザの予防接種は接種後、効果を発揮するまでに約2週間かかり、半年程度効果が期待できます。小人(6か月~12歳)は免疫をしっかりつけるために2回接種します。ただし、予防接種を受けたにもかかわらず、感染したり、副作用が出たりすることもありますので、かかりつけのお医者さんによく相談してください。

今年は新型コロナウイルス感染症との同時流行が心配されています。インフルエンザワクチンの接種時期について、厚生省から呼びかけもされています。裏面のリーフレットを御覧ください。さらに詳しい留意事項につきましては、厚生労働省のホームページに掲載されています。

<健康診断結果について>

健康診断の結果については「歯科」のみ全員に結果を配布します。その他の検査については、疾病や異常が疑われた場合のみお知らせしています。

また、全ての検診終了後に、結果の用紙を張り付けた健康カードを配布していますが、今年度は新タブレットに移行した関係により、健康観察カードの配布は令和3年1月以降となります。

御了承ください。何か心配なこと等がございましたら、いつでも御連絡ください。

