

新しい年が始まりました。子供たちが心も体も健やかに、笑顔で過ごせる1年であってほしいなあと思っています。

さて、冬休みの生活はいかがでしたか？生活リズムは乱れていなかったでしょうか。生活リズムが狂うと、体調不良になりやすいので、まずは早く寝るところから始め、学校モードに切り替えましょう。



1月の保健行事

- 9日（水）視力検査（1、6年、なかよし）
- 10日（木）視力検査（3、4年）
- 11日（金）視力検査（2、5年）
- 16日（水）身体計測（2、6年、なかよし）
- 17日（木）身体計測（3、4年）
- 18日（金）身体計測（1、5年）

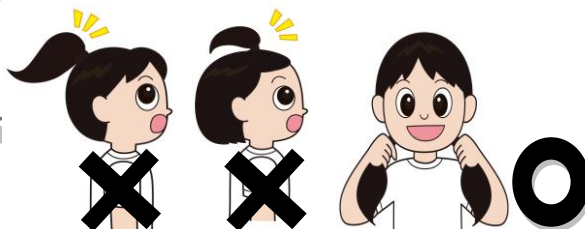
・前髪は短く、目にかからないようにしましょう。めがねを使用している人は持ってきましょう。



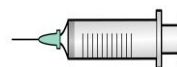
・半袖運動服、クォーターパンツを着用します。



身長計測時に不具合が出るため、次の髪型をしてこないように注意してください。



麻疹の予防接種はお済みですか？



麻疹は、麻疹ウイルスによって引き起こされる感染症です。感染経路は、空気感染、飛沫感染、接触感染で、その感染力は非常に強いと言われています。免疫を持っていない人が感染するとほぼ100%発症すると言われています。

感染すると発熱や咳、鼻水といった風邪のような症状が現れ、2～3日熱が続いた後、39℃以上の高熱と発疹が出現します。肺炎、中耳炎を合併しやすく、患者1000人に1人の割合で脳炎が発症すると言われています。死亡する割合も、1000人に1人と言われています。

未り患、予防接種を必要回数の2回接種していない場合は、医療機関に相談されることをお勧めします。



本校にも、インフルエンザで欠席する子供が出ています。

より一層、お子さんの体調管理にご注意ください。朝、必ず登校前にお子さんの体調を確認し、具合が悪い場合は体温を測り、医療機関を受診して安静にしましょう。

予防には、手洗いが有効です



- ①手のひら
- ②手の甲
- ③爪と指の隙間
- ④指と指の間
- ⑤親指
- ⑥手首

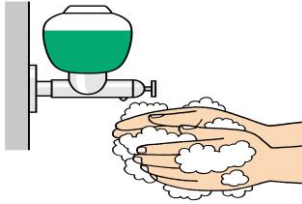
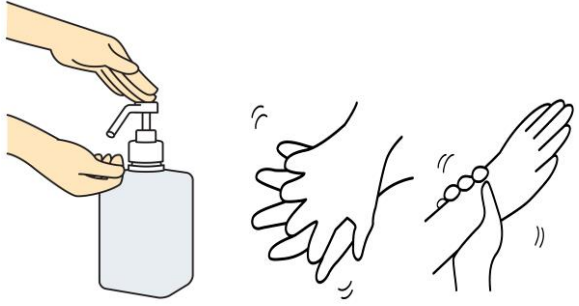
インフルエンザウイルスが感染する経路として、「飛沫感染」と「接触感染」があります。

飛沫感染は、くしゃみや咳等で飛んだ飛沫の中に入っているウイルスが他の人の鼻や口から体中に入って感染することです。

接触感染は、ウイルスが付いた手を介して口や鼻などから体内に入り感染することです。接触感染を予防するためには、石けんを使った丁寧な手洗いが有効的です。

手を洗った後すぐに拭けるように、清潔なハンカチをいつもポケットに入れておきましょう。

●石けんを使った手洗いとアルコールによる手の消毒の違い

石けんを使った手洗い	アルコールによる消毒
<p>石けんを使って手を洗うことにより、細菌、インフルエンザやノロなどのウイルスを手からはがし、水に流して落とす事ができます。また、一部の石けんには、細菌やウイルスを殺す効果がある物もあります。</p> <p>ただし、細菌などは手にしっかりと付いているので、水で流しただけでは落ちずにかえって数を増やすこともあるので、必ず石けんを使用することが大切です。</p> 	<p>アルコールが入った消毒液で手や指を消毒することにより、手に付いたインフルエンザウイルスを弱らせて殺す効果があります。ただし、ノロウイルスには効果がありません。</p> 

～ある日の保健室から～※保健室でおこった何気ない出来事や養護教諭と子供たちとのやりとりをゆくりと書いています。

あけましておめでとうございます。新学期が始まって1日目、保健室にはたくさんの子供たちが来室しました。なぜ？何が？違います。「遊んでいて砂でドロドロになったので着替えを貸して下さい。」

なんと平和な2019年の保健室の幕開けなのでしょう。今年も元気にたくさん遊べ！伏木っ子！

ただし、大きなけがには、くれぐれも注意してね。

