

四小は、むし歯治療100%を目指します！

ほけんしつだより *おうちの人と一緒に読みましょう*

TOUGH



島原市立第四小学校
令和6年10月4日
文責 溝田

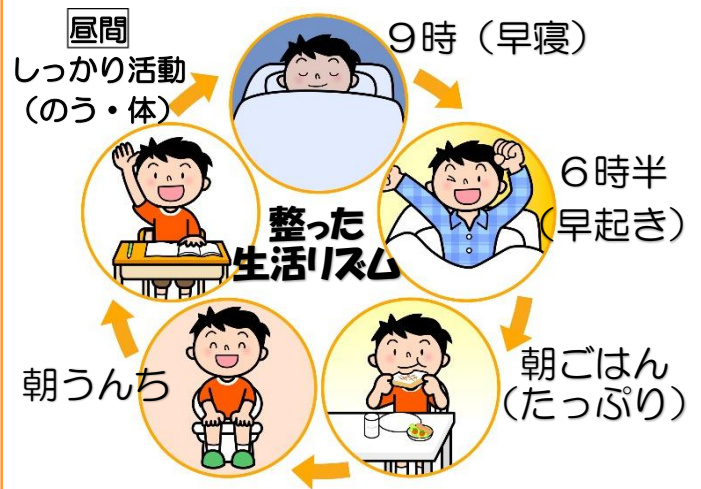
☆発熱・かぜ症状・溶連菌感染症等での欠席増加中！！

10月に入り、少しずつ冷房をつけなくても過ごせる日が増えてきました。ようやく「秋」に足を一步踏み入れた気がします。

季節の変わり目は、寒暖差等の影響で体調を崩しやすい時期です。今週は6年生の欠席が増えており、10月2日は6年生だけで5名、全校で11名（出席停止含む）の欠席がありました。症状は上記のとおりです。

特に6年生は、16・17日に修学旅行を控えています。体調を崩さないよう「病気の予防」を心がけましょう。

早めの「すいみん」で休養をしっかりとろう



☆「手足口病」について

9月中旬ぐらいから、低学年を中心に「手足口病」にかかる児童が見られます。全国的にも罹患者が増えていくようです。

【手足口病の症状】

発熱と手のひらや足の裏指と指の間、唇や口の中、肘、膝、お尻などに、小さい水泡が見られるのが特徴とされています。

【感染経路】

飛沫・接触・経口感染

【予防方法】

うがい・手洗い等、一般的な予防方法を行っていく。

*特に、トイレのあとの手洗いが大事です。



手足口病は「学校感染症」の1つですが、全身状態が良ければ登校可能です。

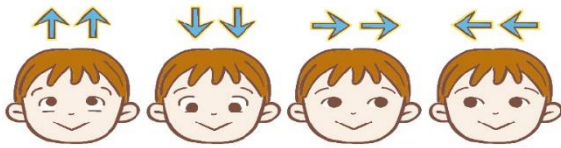
○発熱や水泡の影響などできつい場合や医師の指示で登校を控える場合は、出席停止となります。

○具体的な停止期間は決まっておりません。全身状態が良くなれば登校可能です。

10月10日は「目の愛護デー」～目に優しい生活をしよう～

目が疲れたときは...

近くのものを見る時、目の筋肉に力を入れてピントを調整しています。その状態が長く続くと目が疲れてしまいます。でも目の疲れを和らげる方法があります。



目を動かす

上下左右に目を動かしましょう。近くと遠くを交互に見てもOK。



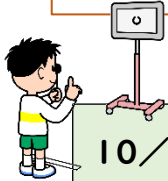
目を温める

ホットタオルなどを目にあてましょう。



遠くを見る

窓の外など遠くを見ましょう。特に山や木など緑を見るのがオススメ。



視力検査を行います

10/7(月) 1・2年	10/10(木) 4年
10/8(火) 3年	10/11(金) 5年
10/9(水) 6年	

ご家庭での子ども達の目の使い方はどうでしょうか？

テレビやタブレット・スマホ画面と目の距離、使用時間を確認してみましょう。

養護教諭の「つぶやき」

やいっまた〜悪いのは誰？何？



土曜日、運転免許更新のため大村の運転免許試験場に行った。受付時間十分前に着いたが、駐車場は閉まっている。はて？何で？まさか：案内ハガキを見ると、「☆土曜祝日年末年始はお休みです。」と書いてあるではないか！せっかくながら一時間以上かけて来たのに：もう少し土曜日やっけないことをわかりやすく書いてくれればいいのに：とつい考えてしまふ。でも、失敗の原因は明らかに自分の確認不足だ。

子ども達の間でも似たようなことがある。宿題や忘れ物、もめごとがあった時に他の人や周囲の状況など『自分以外に原因はある』と言うのだ。でも、どうすればその失敗は起きなかったのか自分の行動を振り返らなければ『失敗は成功のもと』になっっていくかない。人のせい、周りのせいにしてばかりでは同じ失敗を繰り返す。これでは失敗した甲斐がない。自分を責める必要はないが、まず、「自分はどうすればよかったか」を考えることはとても大切だ。

日曜日、ハガキにしっかり目を通し、再度大村の運転免許試験場に出発。無事に更新手続き完了。ついでにお買い物もできました。めでたしめでたし

