

# ほけんだより

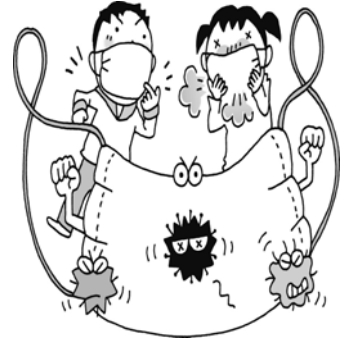
平成24年1月19日 No. 9 宗岡第四小 保健室

1月  の保健目標  
寒さに負けない体を作ろう

3学期が始まって、9日が過ぎました。宗四小では、先週はお休みも少なかったのですが、今週に入って高熱でお休みする人が、徐々に増えてきました。

志木市内の小学校では、「インフルエンザ」による学級閉鎖が1クラス(1/17~3日間)行われていると、報告がありました。今週に入って急に高熱で欠席する児童が増え、クラスの半数の児童が欠席したそうです。感染力が強いですね。

「インフルエンザ」に罹患した場合は、「出席停止」の措置をとりますので、学校にお知らせください。保護者記入の「登校届」を配布します。



子どもたちは、寒くても元気いっぱい！ 冷たい風がふいても、校庭を走り回っています。遊んだ後は、石けんで手洗い、ガラガラうがいをして3回以上しましょう。ハンカチで手をしっかりふくことも忘れずに！ ハンカチをポケットに入れておきましょう。

ポケットに手を入れている子どもが、気になります。転んだとき、とっさに手が出ずにケガをすることもあります。手ぶくろをしましょう。

## インフルエンザ対策、できていますか？

- 外から帰ったら、「手洗い」「うがい」を必ずする。
- ハンカチをポケットに入れて、すぐに使えるようにする。
- 咳の症状がある時は、マスクをする。
- 流行期には、なるべく人ごみに行かないようにする。
- 規則正しい生活をして、すいみんをたっぷりとり、抵抗力をつけておきましょう。



## 1時間(に1回は換気をしよう！

家でも  
教室  
でも

- 閉めきった部屋の中は、人がはき出す息と暖房でよごれてきます。その結果、
- ☆ 室温が上がり、二酸化炭素が多くなる → 頭がボーっとしてくる。
  - ☆ ウイルスやホコリが循環 → かぜやアレルギーの原因に。
  - ☆ においがこもる → 気分がわるくなる。



### 2カ所以上の窓を開けて空気の通り道をつくり、

### 新鮮な空気に入れかえよう！

保健給食委員会では、「窓あけ隊」・「手洗いうがい隊」を結成し、業間休み・昼休みに呼びかけています！



# ～これからの保健行事～

## 〈助産師さんによる授業〉 5年 理科「人の誕生」

1月24日(火) 6校時 14:40～15:25

場所 多目的室

対象 5年生2クラス 人の誕生(受精卵～出産まで)

指導者 朝霞地区助産師会 大石 智子 助産師

\*懇談会前の6校時に授業公開しますので、保護者の参観をお待ちしています。



## 〈給食集会〉 1/24～30全国学校給食週間です！

1月27日(金) 8:30～8:45 体育館

\*給食調理員さんの紹介

\*冬の野菜ビンゴ

〈給食調理員さん教室訪問〉

調理員さんといっしょに給食を食べます。

1月27日(金)・30日(月)



## 薬物乱用防止教室

2月1日(水) 13:50～14:35 多目的室

対象 5年生・6年生

内容 巡回指導員 厚生労働省元麻薬取締官

浦上 厚 先生のお話とDVD視聴

〈薬物乱用防止キャラバンカー見学〉

14:40～15:20 児童昇降口前

各クラスごと キャラバンカー見学(10分間)

\*薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」 全国に8台しかない薬物乱用防止キャラバンカーが宗四小にやってきます。子どもたちにもわかりやすい展示・映像が備わっています。



## 〈平成23年度 学校保健委員会〉

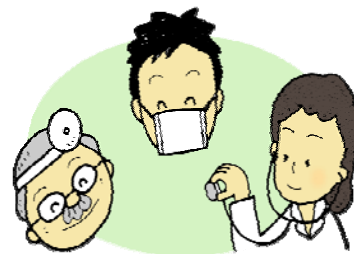
2月1日(水) 15:25～16:35

場所 多目的室 (1F)

PTA本部役員・教養保健体育部・一人二役の委員、  
参会希望者みなさま、参加よろしくお願ひ致します。

テーマ ～子どもたちを薬物乱用から守るために～

- ・巡回指導員 浦上 厚 氏 講話
- ・学校医 岩崎 智彦 先生 より
- ・保健給食委員会 発表



## むし歯の治療状況

志木市は「むし歯ゼロ作戦」を展開しています。

\*むし歯の治療が終わっていない人が 残り 15人 となりました。

\*むし歯ゼロになるよう歯科医受診のご協力をお願いいたします。

\*むし歯治療完了クラス…1の2・3の1・6の1・6の2