

ほけんだより

令和2年7月1日
NO.3
鈴谷小学校保健室

児童数配付

7月のほけん目標
暑さに負けないようにしよう

通常登校が始まり、約2週間が経ちました。休校明けの疲れで体調を崩す児童が増えています。引き続き、感染症対策も含め、バランスのとれた食事十分な睡眠をとりましょう。また、けがによる保健室の来室も増えています。休校が続いたため、体はまだ、体を動かすことに慣れていません。運動前の準備体操や、落ち着いた行動を普段よりも心がけてください。



●健康診断日程

月	日	曜日	実施内容
7	1	水	聴力検査（3年）
	2	木	眼科検診（全学年）
	3	金	聴力検査（なかよし・5年）
	6	月	色覚検査（なかよし・1年希望者）
	7	火	色覚検査（4年希望者）
	8	水	歯科健診（なかよし・2・4・6年）
	9	木	聴力検査（4年） ※当初予定していた7/2(木)から変更になりました。
	10	金	聴力再検査
	15	水	心臓検診（1・4年） *尿検査容器配付
	16	木	歯科健診（1・3・5年） *尿検査1次容器回収
	20	月	「耳・鼻・のどの病気についてのアンケート」配付
	29	火	「耳・鼻・のどの病気についてのアンケート」回収
8	20	木	耳鼻科検診（1・2・3年）
	27	木	耳鼻科検診（なかよし・4・5・6年）

*尿1次検査は、7月15日（水）容器配付、7月16日（木）回収です。

*「耳・鼻・のどの病気についてのアンケート」は7月20日（月）配付、7月29日（水）回収です。

*検体や書類の提出にご理解・ご協力をお願いします。

●健康診断の結果について

6月から定期健康診断を実施しています。提出物等、保護者の皆様にはご協力いただきありがとうございます。定期健康診断を実施する中で、病気や異常の疑いがある場合には、「治療のすすめ」をお渡しします。お知らせが届きましたら、早めに専門医を受診し、結果について学校にお知らせください。

なお、学校での健康診断はスクリーニング検査(疑わしいものを選び出す検査)ですので、受診の結果、「異常なし」と、診断されることもあります。ご了承ください。

●6月発育測定平均値について

男子	身長 (cm)	差 (cm)	体重 (kg)	差 (kg)
1年	117.9	1.4	21.7	0.3
2年	125.0	2.4	24.9	0.7
3年	128.9	0.8	26.8	△0.5
4年	135.5	2.0	31.7	1.0
5年	139.8	0.8	34.7	0.3
6年	148.1	2.9	41.3	2.6

女子	身長 (cm)	差 (cm)	体重 (kg)	差 (kg)
1年	117.7	2.1	21.1	0.2
2年	122.5	1.1	23.1	△0.4
3年	130.4	3.1	28.2	1.7
4年	135.6	2.2	29.1	△0.9
5年	142.4	2.2	36.6	2.4
6年	148.2	1.6	39.6	0.6

※差は、「令和元年度の全国平均」－「鈴谷小6月測定の平均値」です。△は、マイナスを表します。

ウイルスに関する質問コーナー



Q1.ウイルスってなに？

- ・ものすごく小さくて、皮ふからは入れないけど、口、鼻、目から入ってくる。
- ・自分をコピーする力を持っていて、体の中でどんどん増えて悪さをする。



Q2.どうしてマスクをするの？

- ・ウイルスがついた手で、口や鼻を触らないため。
- ・せきやくしゃみ（ウイルスがたくさんいます）が飛ぶのを防ぐため。



Q3.どうして手洗いするの？

- ・ウイルスは生き物で、いろんなところにいるので、知らないうちに触っているから。
- ・ウイルスは消毒に弱いから、アルコール消毒をするとさらにいいよ。



Q4.どうしてお友達と離れるの？

- ・話したり、せきをしたりするとしびきがとぶよ。感染者のしびきにはウイルスがたくさん。でもしびきは、1～2mくらいで落ちる。しっかり離れば安心。



Q5.どうして毎日体温をはかるの？

- ・自分の体調を知るため。元気でも熱が高いことがあるよ。
- ・まわりの人の健康を守るため。熱が高いまま学校にきたら、お友達にかぜやウイルスをうつしてしまう危険があるよ。

検温・体温記録票忘れが多いです！起きたらすぐに検温・記録しよう！

Q6.マスクでどうしても暑苦しいときはどうすればいいの？

- ・体育のときは外してもいいよ。
- ・夏は熱中症の危険もあるので、どうしても暑いときは先生に伝えて、外しても大丈夫。でも、周りに人がいないことを確認してね。



Q7.わたしたちが、いまできることは？

- ・予防があまりできていない人の悪口を言ったり、責めたりしない。
- ・できなくなったことはたくさんあるけど、今できることを思いっきり、楽しもう。