

ほけんだより

令和4年 9月30日 No.8

朝霞市立朝霞第二小学校 保健室

《ていねいに手洗いしよう!》

10月の保健目標：目を大切にしよう…目とタブレットとの距離は30cm以上空いていますか？

10月15日は「世界手洗いの日」

さまざまな感染症が流行しやすくなる時季です。

改めて、手洗いのポイントを確認し、感染症を予防しましょう。

つめを短く保つ



つめが伸びていると、つめと指のすき間にバイキンがたくさん溜まってしまいます。

つめは短く切りそろえましょう。

清潔なハンカチ



ポケットに清潔なハンカチは入っていますか？

どんなときでもハンカチを持ち歩きましょう。

石けんをあわ立てる



水のみの手洗いでは、バイキンはなかなか落ちません。

石けんをしっかりとつけて手洗いをしましょう。

洗い残しチェック



指先・指の間・手首の3点の洗い残しが多いです。

手洗いのときに洗い残しがいないか確認しましょう。

定期健康診断結果のお知らせ

4～6月に実施した定期健康診断で「定期健康診断結果のお知らせ」が配られた人は、体をお医者さんにくわしくみてもらいたい人です。

2学期のうちに病院へ行きましょう。

- ・「むし歯」で病院へ行っていない人 あと28人
- ・「視力C・D」で病院へ行っていない人 あと37人

The form is titled '定期健康診断結果のお知らせ' (Notification of Regular Health Checkup Results). It contains fields for the student's name, grade, and class. There are sections for '受診科目' (Consultation Items) and '受診結果' (Consultation Results). The form is designed to be filled out by the school health center and then sent to the student's home.

身体計測の結果 (8・9月実施)

下の表は、8・9月に実施した身体計測結果の平均値です。

自分の結果と比べることなく、あくまでも参考にしてください。

体重の増えがあまり見られない人がたくさんいました。身長と体重をバランスよく成長させましょう。



		1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
身長 (cm)	男子	119.8	126.1	131.4	136.5	142.1	148.6
	女子	118.5	124.8	130.6	137.0	144.4	150.1
体重 (kg)	男子	23.0	26.4	28.8	32.9	36.4	40.9
	女子	22.1	25.4	29.6	31.5	38.4	42.4



保護者の方へ

○新型コロナウイルス感染症の予防について

①ご家族に体調不良の方がいる場合

お子さん本人や同居されているご家族の方に風邪症状・体調不良等が見られた場合は、登校をお控えいただきますよう、お願いいたします。無理をさせず、ご自宅で休養させてください。

②ご家族にPCR検査や抗原抗体検査等を受けられる方がいる場合

お子さん本人や同居されているご家族の方にPCR検査や抗原抗体検査等を受けられる方がいる場合は、登校をお控えいただきますよう、お願いいたします。

また、お子さんの登校後、ご家族の方がPCR検査や抗原抗体検査等を受けられる場合は、早急に学校へご連絡いただきますよう、お願いいたします。