

ほけんだより



令和5年1月20日
広神東小学校 保健室

3学期がスタートして、10日余りが過ぎました。冬本番を迎え、子どもたちは外でスキーをしたり、雪遊びを楽しんだりしています。

新学期スタート時に数名の新型コロナウイルス感染や濃厚接触の報告がありましたが、落ち着いてきました。新潟県内では新型コロナウイルス感染症も流行中ですが、インフルエンザも流行期に入っています。発熱等、感染症が疑われる場合は、新型コロナウイルスの検査キットで陰性が確認されても、インフルエンザの疑いも否定できません。魚沼市内の学校でも発生報告がありました。手洗い・手指消毒、3密回避、マスクの着用など、基本的な感染対策を継続し、家庭での体温チェック・健康観察をしっかりと行っていただくようお願いいたします。

「インフルエンザ罹患証明書」について ※詳細は配付された文書をご確認ください。

○発熱等で医療機関を受診される場合は、学校から配付された「インフルエンザ罹患証明書」を持参してください。（魚沼市ホームページからも印刷可能です。）

○発熱の場合は、インフルエンザの疑いもあるため、受診をお勧めします。

「健康カード」の確認と「食物アレルギー調査票」の記入について

お子さんの健康状態を確認いただくために、「健康カード」を持ち帰ります。中を確認いただきましたら、保護者印欄（見た印欄）に押印（サイン）をお願いいたします。

また、「食物アレルギー調査票」については、来年度の学年の欄に記入いただき、（押印は不要になりました。）健康カードと共に提出をお願いいたします。



提出は1月27日（金）までをお願いいたします。

【「発育測定結果のお知らせ」について】

発育測定結果から疾病・異常の早期発見に努めています。毎学期、基準に基づいて配慮が必要な場合にお知らせをしています。お届けしたグラフを確認いただき、ご家庭での生活習慣改善について親子で話し合っていたいただければと思います。受診が必要な場合は、専門医にご相談ください。

【広神東小学校 3学期 学年・男女別平均と4月からの増加量の平均】

	身長 (cm)				体重 (kg)			
	男子		女子		男子		女子	
	平均	増加	平均	増加	平均	増加	平均	増加
1	120.4	4.3	118.6	4.6	22.9	1.7	22.5	2.0
2	127.5	4.3	129.1	4.7	28.4	2.8	28.0	2.8
3	134.4	4.6	131.0	4.7	34.2	3.2	29.0	2.3
4	138.1	3.7	138.2	5.4	34.2	2.8	32.5	3.9
5	142.0	4.1	147.1	4.5	36.1	2.8	41.5	4.8
6	154.8	6.4	151.8	3.5	46.3	4.7	42.7	2.3

6年生禁煙教育から

1月13日に地域医療魚沼学校長の布施小出病院長様から6年生を対象に禁煙教育をしていただきました。保健学習の「たばこの害」を学ぶ1時間で、毎年お話をいただいています。

- ① タバコは本人にとっても周りの人にとっても有害なもの
- ② タバコを吸い続けることは「依存症＝病気」である。
- ③ タバコを吸うためのお金がかかる。周りの環境にも悪影響がある。将来就職や恋愛、生まれてくる子どもにもよくない影響がある。
- ④ 依存症は病気。禁煙外来で治療をすることが大切。
- ⑤ 吸うか、吸わないかの選択は、今後の人生にとっても大きな影響をもたらす。

タバコを吸わないかと誘われたら、必ず「NO」と言ってください！



【子どもたちの感想から】

○タバコを吸うと人だけでなく環境にも害がでるから、自分も吸いたくないし、家族も吸ってほしくないと考えた。

○タバコを吸うと依存性になってしまうことが分かりました。世界で毎年60万人が亡くなっているって聞いて、怖くなって思いました。

○タバコが怖くて危ないことがよくわかった。タバコを吸っていいことなんて1個もないって思った。

○たばこを吸っていない人でもがんになるのはびっくりしました。私も友達や周りの人にさそわれたら、ことわれるようにしたいです。そしてやめるように説得したいです。

※ 授業の様子は「地域医療魚沼学校」のfacebookにも掲載されています。

子どもたちは専門医から正しい知識を得ることで、自分がどんな選択をすべきか、考えを深めました。一緒に暮らす家族の行動も大きく影響します。6年生以外のご家庭でも、喫煙についてお子さんと話し合ってみてはいかがでしょうか？

1年生 手洗い実習から

1年生は、感染症予防の基本である正しい手洗いについて、身体測定と合わせて手洗い実習を行いました。特別なクリームを塗って手を洗い、光にかざすと洗い方が不十分なところが白く光ります。普段、洗っているつもりでも、よく洗えていないところが目に見えることで、繰り返し洗い直しをしながら確認していました。

今回の経験を日常の生活に生かして正しい手洗いを身に付けてほしいと思います。

