

12月 ほけんだより

令和2年12月7日

柏市立柏第五小学校
保健室

おうちのかたといっしょによみましょう

あつという間に12月です。今年は新型コロナウイルス感染症が流行した影響で、6月から学校が始まりました。運動会やプールなどは中止になり、なんだかさみしい1・2学期になりましたが、例年よりも感染症にかかってお休みする人が少ないです。これはみなさんが毎日、手洗い・うがい・マスクを着用して感染症対策を行っているおかげだと思います。とても良いことです。しかし、空気が乾燥する12月は風邪のウイルスが増殖しやすく、感染症が流行しやすいです。感染症にかからず、健康な毎日を過ごせるように、規則正しい生活を心がけましょう。



(柏五小2学期の保健室の様子)



* 保健室の来室状況 *

・けがでの来室・・・体育の授業(主にハードル、鉄棒)でのすり傷や打撲、休み時間の児童同士の接触による打撲やすり傷が多かったです。五小は954名と児童数が多いので、校庭での接触はよくあることですが、対策として、外で遊べる学年を3学年ずつに分けて週で交代しているので、今までより接触によるけがが減ってきました。



・体調不良の来室・・・頭痛、腹痛、気持ちが悪い、体がだるいと訴える児童が多く、特に季節の変わり目である10月の来室が多かったです。しかし、来室が0人の日もあり、元気に学校生活を送っていた人が多いように思いました。



* 学校(校外学習・登下校を含む)で起きたけがで病院へ行った件数(12/1時点)は、

30件でした。(1学期は19件でした。)特に多かった月は10月、11月それぞれ9件です。

* 保健室からみた、五小の児童のここが特に良いところ厳選して2つ!

①どの学年の児童も、けがをしたお友だちや体調が悪いお友だちに、「大丈夫?」や「早くよくなってね」と、相手を思う言葉をかけられる児童が多いこと、休み時間などは学年関係なく、けがをした人を保健室まで一緒に連れてきてくれることです。これからも心優しいみなさんでいてほしいなと思っています。

②感染症や体調不良でお休みする人が少ないことです。3学期も期待しています!

しんがた かんせんしょう よぼう
〈 新型コロナウイルス感染症を予防しよう 〉

だいさんば しんがた かんせんしょう りゅうこう かしわしない しょう ちゅうがっこう
 第三波といわれる新型コロナウイルス感染症の流行で、柏市内の小・中学校でも
 かんせん ひろ じょうきょう がっこう そと もと とき いどうきようしつ こ きゅうしょくまえ
 感染が広がってきている状況です。学校では、外から戻った時や移動教室後、給食前、
 そうじご てあら きゅうしょくじ いがい ちやくよう じょうじ きょうしつない
 掃除後などのこまめな手洗い・うがい、給食時以外でのマスクの着用、常時、教室内の
 かんき じどう げこうご きょうしつ こうしゃない しょうどく おこな かんせんだいさく かてい
 換気、児童の下校後は教室や校舎内の消毒を行って感染対策をしています。ご家庭で
 もさまざまなたいさく おこな いていただいているとは思いますが、おも ふゆやす ちか
 さまざまな対策を行っていただいているとは思いますが、冬休みも近づいてしま
 いまいちど かんせんよぼうたいさく ねが
 たので、今一度、感染予防対策をよろしくお願いたします。

〈 気をつけない7つのこと 〉

① せつ てあら
石けんでの手洗い、うがい



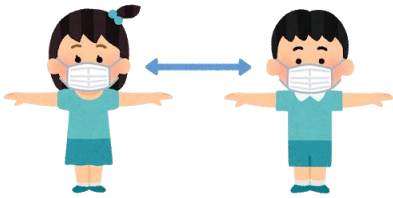
② ちやくよう
マスクを着用する



③ かんき
こまめに換気する



④ ほか ひと きょり
他の人と1mは距離をとる



⑤ みっせつ みっしゅう みっぺい さ
密接・密集・密閉を避ける



⑥ かしつ わす
加湿も忘れずに



⑦ かいしょく
会食について

× おおにんずう ちょうじかん いんしょく → ○ しょうにんずう たんじかん おこな
 大人数や長時間の飲食 → ○ 少人数で、短時間で行う

× マスクなしでの会話 → ○ いんしょく じいがい
 マスクなしでの会話 → ○ 飲食時以外はマスクをして会話する

× おおごえ かいわ → ○ かいわ じず ひまつかんせんよぼう
 大声での会話 → ○ 会話はできるだけ静かに（飛沫感染予防）

× たいちょうふりょう さんか → ○ さんか ひか かんせんかくだいぼうし
 体調不良での参加 → ○ 参加を控える（感染拡大防止）



ことは かいしょくとう ひか じかん じゅうじつ よ
 今年は会食等をなるべく控えて、おうち時間を充実させられると良いですね。



ちりょう お
〈 治療は終わっていますか？ 〉

ことし がっき きゅうこう けんこうしんだん なつ あき おこな
 今年は1学期が休校だったため、健康診断を夏から秋にかけて行いました。
 いま じき びょういん い おち ば
 今の時期はなかなか病院へは行きづらと思いますが、むし歯などにより、
 ちりょうかんこくしょ ひと ちりょう お ひと ちりょう い
 治療勧告書もらった人で、治療がまだ終わっていない人は、治療に行くよう
 ちりょう お ちりょうかんこくしょ がっこう ていしゅつ
 にしましょう。治療が終わりましたら、治療勧告書を学校にご提出ください。

