

ほけんだより

3月

R7. 3. 14
栃木市立大宮南小学校

春は出会いと別れの季節ですね。3月18日(火)の卒業式まで残りわずかです。在校生はお世話になった6年生に「ありがとう」の気持ちを込めて、6年生を送りましょう。卒業する6年生も、大宮南小で過ごす日はあとわずかです。笑顔で卒業式を迎えるよう、健康管理に気をつけましょう。



R6.4.8～R7.3.10までの集計結果

保護者の皆様に大切なお知らせ

出席停止を行った後、再登校する際に提出いただいた証明書が一部変更になりましたので、お知らせいたします。

医療機関で治癒証明書を記入してもらう必要がある感染症

麻しん（はしか）、風しん（三日ばしか）、水痘（水ぼうそう）、流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）、百日咳、A型肝炎、咽頭結膜熱（アデノウィルス）

保護者が記入する登校申出書が必要な感染症

インフルエンザ、感染性胃腸炎、その他の感染症（手足口病や溶連菌感染症、マイコプラズマ肺炎等）

医療機関にて感染症と診断された際は、学校に必ずご連絡ください。治癒証明書等は学校からお渡しすることもできますし、学校のホームページからダウンロードしてご自宅で印刷することも可能です。

薬の使い方について

2月27日(木)に学校薬剤師の高岩恵美子様をお招きして、3年生を対象に薬の正しい使い方について勉強しました。授業では薬とジュースの飲み合わせの実験をしたり、薬の中身を模型で勉強したりしました。

児童の感想

- ・薬を飲むときジュースやお茶で飲んでいたときがあったので、もし薬を飲むときは水で飲みたいなと思いました。
- ・薬にもルールがあることを知った。
- ・お薬はいつも説明書を見ないで飲もうとしていたので、気をつけようと思った。
- ・水以外で薬を飲むと効果がなくなったりすることを初めて知りました。

手洗いイベント

2月17日(月)から3日間、健康ボランティア委員会で手洗いイベントを実施しました。

感染症を予防するのに、1番簡単な方法は手洗いです。しかし、冬は水が冷たいので、手洗いがおろそかになります。そこで、健康ボランティア委員会で、希望者を対象に手洗いイベントを開きました。

たくさんの希望者が参加してくれて、委員会の児童も喜んでいました。

洗い残しが光って見える実験をやったところ、特に「指先」「手の甲」「手の平」が光って見える児童が多くいたので、あわあわ手洗いの歌を動画で確認しながら、正しい手洗いの仕方を勉強できました。

これからも正しい手洗いで健康に過ごしましょう。



ヘッドホン・イヤホン 難聴に注意



耳が赤い こんなときは病院へ曲



やりすぎ注意! 耳そうじ

そうじをするととれる耳垢には、殺菌効果や虫などの侵入を防ぐといった大切な役割があります。しかも耳垢は自然と耳の外に出ていくので、基本的に耳そうじの必要はありません。耳そうじのやりすぎは、耳の中を傷つけたり、耳垢を奥に押しやって耳が詰まったりする原因にもなります。

理想的な耳そうじの仕方

2、3週間に1回くらい



座ってする



入口のあたりを優しくこする

