

ほけんだより 2月

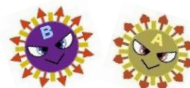


No.10 令和6年2月1日 さいたま市立田島小学校 保健室

2月3日は、節分。「季節を分ける」ことを意味するこの日、病気や災難を鬼に例え、豆をまいて無病息災を願います。“田島小の子どもたちに、悪いことが近づきませんように。これからも元気に過ごせますように。「鬼は外! 福は内!」

インフルエンザに

2月の保健目標 『健康な体をつくろう』



注意!

1月下旬から B型インフルエンザに罹患した児童の報告が来ています。2学期は A型インフルエンザが流行しましたが、インフルエンザの型が変わってきているようです。引き続き、感染症予防対策をお願いします。また、御家庭での登校前の健康観察をお願いします。いつもと様子がちがう時は、検温もお願いします。

インフルエンザってなに?

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。38℃以上の発熱や頭痛、関節痛、筋肉痛などの症状が急速に現れるのが特徴です。



なぜうつる?

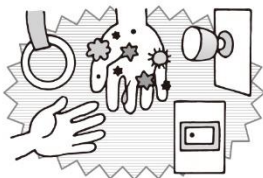


飛沫感染

感染した人のくしゃみやせきに含まれるウイルスを吸い込むことでうつります。

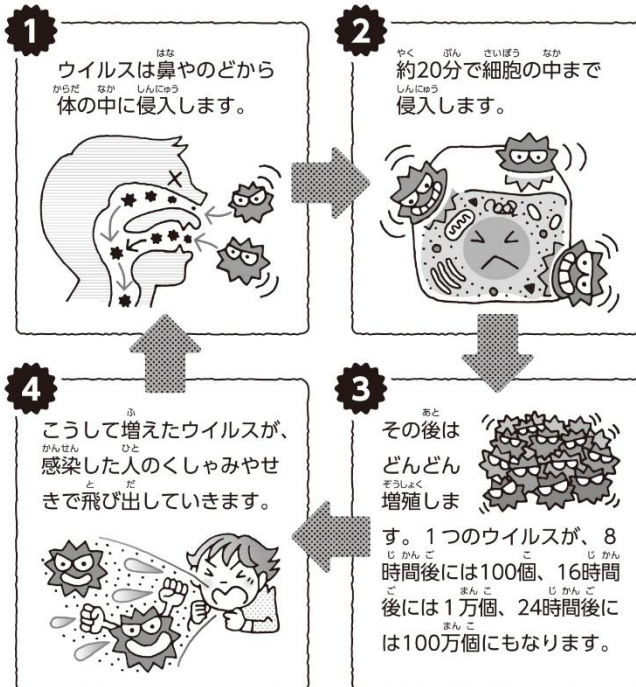
接触感染

感染した人のせきやくしゃみなどの飛沫がついたドアや机に触れると、ウイルスが手につき、その手で口や鼻に触れることでうつります。



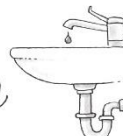
なぜ流行る?

感染力がとても強いインフルエンザウイルス。その理由は体の中に入ってから増殖するまでのスピードがとても速いからです。



保健委員会では、「毎日ハンカチ、ティッシュを持ってきて、しっかり手をあらおうキャンペーン」を実施します。各クラスごとに実施します。登校前に、持ち物の確認をお願いします。

期間:2月5日(月)~9日(金)



ハンカチ
ティッシュ

身につけよう



がっ き しん たい そく てい おこな

3学期身体測定を行いました!

今年度最後の身体測定を行いました。学年ごとに平均を出しました。平均値は目安です。自分の成長をお家の人と一緒に確かめてください。また、保健室では、成長曲線を作成しています。確認したい場合は、御連絡ください。

項目 学年	男子の平均		女子の平均	
	身長 (cm)	体重 (kg)	身長 (cm)	体重 (kg)
1年生	122.1	23.7	120.5	23.3
2年生	127.6	28.4	125.3	24.8
3年生	132.1	30.3	133.2	31.4
4年生	137.7	33.5	137.7	33.4
5年生	143.9	39.4	145.0	37.8
6年生	151.2	42.4	151.1	41.8

第2回 学校保健委員会を開催します

生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かな生活を営むために、基礎体力はとても大切です。学校と家庭で連携し、子どもたちの基礎体力を向上させていきたいと考え、学校保健委員会で取り上げることにいたしました。日常生活の中でも取り入れられる運動や身体を強めたりする運動を、保護者・子どもたち・教員が一緒になって体験し、体の機能を向上させる運動の方法を楽しく学んでいきたいと思っております。

テーマ：『豊かな生活は健康な体から』

～基礎体力の向上を目指して、敏捷性を高めたり、身体を強めたりする運動～

日時：令和6年2月15日(木) 15:30～16:30

場所：田島小学校 体育館

講師：本校職員

※開催案内をメールで配信します。ぜひ、お子様と一緒に御参加ください。

