

保健だより

令和7年11月7日
墨田区立中和小学校
校長 影山 祥仁

先週は全校遠足もあり、いつもとは違う環境の中で、子供たちが楽しそうに活動している姿を見ることができて、こちらもうれしい気持ちになりました。今週から、学芸会の練習も本格的に始まっていますので、毎日元気に過ごすことができるように、保健室から見守っていきたいと思います。



⚠️ 区内でインフルエンザによる学級閉鎖が急増しています ⚠️



昨年よりも1か月以上早く、都内でインフルエンザの流行シーズンに入りました。墨田区内の小中学校でもインフルエンザによる学級閉鎖が、今月に入り急増しています。中和小では、今のところ流行の兆しは見られませんが、ウイルスや細菌は「低温・低温」の環境を好むため、今後本格的な流行が予想されます。

今月は学芸会があります！



元気に本番を迎えられるように！

発熱がなくても感染拡大防止のためのお願ひ



のどの痛みや咳、鼻水等の症状があるときは、マスクを着用するなど、咳エチケットにご協力ください。

「食欲がない、だるい」等のいつもと違う様子が見られる場合は無理をせず、休養または病院を受診してください。

インフルエンザの予防接種について

- ★発症や重症化の予防が期待できます。(絶対に罹患しないという訳ではありません)
 - ★小学生の注射での予防接種は2回が基本です。(点鼻ワクチンは1回)
 - ★接種後2週間で効果が得られると言われています。
- ※10月1日より、インフルエンザ予防接種の一部助成が実施されています。昨年度と比べると助成金額や対象年齢が拡充され、点鼻ワクチンも対象となっています。詳しくは墨田区のホームページをご覧ください。



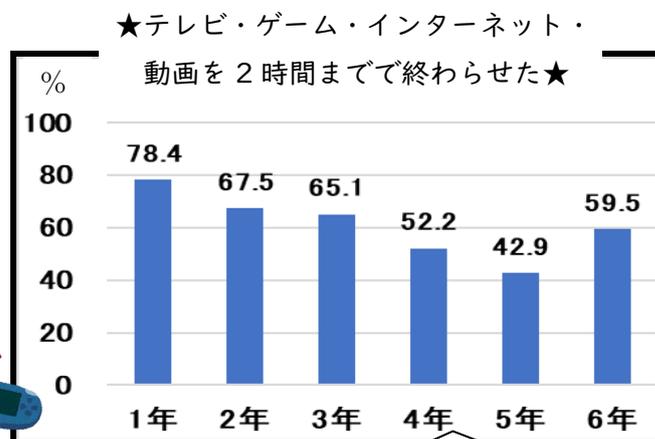
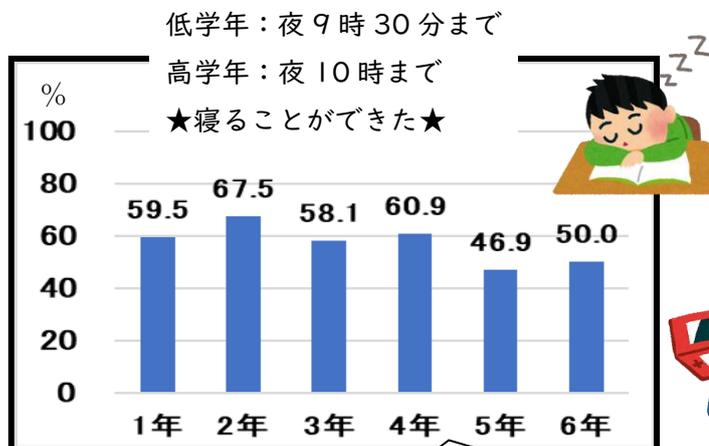
10月の保健室利用状況

けが 138人 病気 23人

10月の感染症情報

インフルエンザ、溶連菌感染症
新型コロナウイルス感染症

～夏休み明けの生活リズムチェックの結果から～



体調不良で来室する児童の中には「0時近くまで起きていた」という児童もいます。翌日学校で元気に過ごすためにも、早く寝るようにお声掛けをお願いします。

就寝時刻が遅い理由として、「スマホや動画、ゲームをしていた」と答える児童が多いです。メディア機器の使用について、改めてお子様と一緒にご確認をお願いします。



「朝ごはんを食べた」「歯みがきをした」は全学年で8割を超える児童が「できた」と回答しました。児童の頑張ったこととして「昨年よりも早く起きられるようになった」「朝ごはんをしっかりと食べた」「テレビを2時間までで終わらせた」といった意見がありました。



保健環境委員の活動

ハンカチチェックを行いました

10月に保健環境委員の児童が各教室に行き、ハンカチを持ってきているかチェックを行いました。チェックをした3日間のハンカチの所持率から、下のような結果になりました。第1位のそよかぜ学級は毎日、全員がハンカチを持ってきていました。とても素晴らしいです！

第1位

そよかぜ学級

第2位

3年1組

第3位

3年2組
5年1組



感染症予防のために、石けんで手を洗い、きれいなハンカチで手をふくことはとても大切です。自分で忘れずに準備をして、「持っていることが当たり前」になるようになってほしいと思います。