



ほけんしつから こんにちは

令和3年度 浜松市立浜名小学校 保健だより 5. 12 発行

熱中症に注意しましょう

5～6月は熱中症になりやすい季節と言われています。体が暑さに慣れていなかったり、GWなどで生活リズムが乱れたりするために熱中症になりやすくなります。のどが渴いていなくても意識して水分をとり、休憩時間を作りましょう。熱中症の危険が高いと判断した場合、十分な距離を保つ配慮をした上で、マスクを外すよう指導します。



《 新型コロナウイルス感染症対策について》

文部科学省の「学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生マニュアル」が改訂され、これに合わせて浜松市のマニュアルも改訂されました。

主な改訂箇所について

変異株に係る知見及び対策の追記として

- 従来株と比較すると、変異株の子供への感染力は強い可能性がある
 - 現段階では15歳未満で明らかな感染拡大の傾向はみられない
- ⇒変異株への対策については従来株と同様に3密の回避・マスクの着用・手洗いなどの基本的な感染症対策を推奨する

消毒の合理化

- 大勢がよく手を触れる箇所の1日1回の清掃・消毒について児童生徒等の手洗いが適切に行われている場合は省略することができる

このことから浜名小では手洗いについて改めて呼びかけをし、正しく手洗いができるようにしていきます。

＝保護者様へお願い＝

より衛生的に手洗いを行うため、ハンカチを午前と午後で分けて使用します。午後のハンカチを給食セットと一緒に入れてください。マスクも汗をかいたり、ぬれたりしますので午前と午後をわけると衛生的です。暑い季節、清潔に過ごすことができるよう御協力をお願いいたします。



《 5月の健康診断 》

5月13日（木）眼科検診 全校児童



5月17日（月）耳鼻科検診 1・4年生

上記健康診断の結果とともに視力検査と聴力検査の結果も通知します。お知らせがなかった場合は「異常なし」です。また1・4年生以外で耳鼻科検診を受けたい場合は本読みカード等で担任までお知らせください。その際、受けたい理由も教えてください。

運動器検診について～なぜ運動器検診を行うの？「ロコモ」ってなに？～

4月に運動器の問診票を御提出いただきました。身体測定で1次検査を行い、6月の内科検診で2次検査を行います。その後、医療機関で精密検査が必要となった場合はお知らせします。

運動器とは・・・骨・関節・筋肉・神経・脊髄などを指します。

ロコモとは・・・ロコモティブシンドローム（運動器症候群）の略称です。

運動器の障がいにより、足腰が弱くなり、進行すると将来、要介護や寝たきりになる危険性が高くなる状態をいいます。



いま 子どもの運動器機能に異変が...

転びやすい・転んだ時手をつけずに顔面をうってしまう

雑巾がけができない・まっすぐ走れない・和式トイレが使えない

さらに

肩こり・不眠・食欲不振・イライラ・

胸やけ・便秘・階段を上って息がきれる

30年で
骨折発生率は3倍に

すべて子どもの訴えです。

運動器検診で指摘が多かった3項目



側湾症や不良姿勢



しゃがみ込みできない



前屈できない・痛い

日本臨床整形外科学会運動器検診後受診調査結果より

日本臨床整形外科学会リーフレットより

《 さくら連絡網の通知設定はされていますか 》

さくら連絡網は欠席などの連絡だけでなく、学校からお知らせやアンケートが届きます。さくら連絡網がお知らせを受信した場合、トップ画面表示や音などで知らせてもらえるよう設定をすると便利です。学校もペーパーレス化を視野にいれ、さくら連絡網でお知らせする機会が今後増えていきます。御協力をお願いいたします。