

ほけんだよい

令和7年12月19日
札幌市立東苗穂小学校
No.8

雪が積もり、すっかり冬らしくなりました。11月にはインフルエンザA型の急激な流行により、3日間の休校となりました。急な対応でしたが、感染症の蔓延防止に御協力いただきありがとうございました。おかげ様で本校では12月は感染症が落ち着いていました。東区ではインフルエンザB型が出始めているそうですので、感染症対策は継続しつつ、体も心もエネルギーをチャージできるような冬休みを過ごしていただけたらと思います。



☆着替えについて御協力を お願いします☆



これから季節、登校中や外遊び、屋外での学習などで靴下が濡れることがあると思います。保健室にも若干着替えはありますが、体調不良で濡らしてしまった子が優先となり、サイズも豊富ではありません。**濡らしてしまったときのために、鞄に靴下を一足用意しておいていただけるとすぐに履き替えられて安心です。**御手数ですが、御協力をお願いします。



☆就学援助の認定を受けている方へ☆

冬休み中、むし歯や中耳炎などの治療のために冬休み中に医療券を使用する予定がある方は、できるだけ**24日(水)**までに電話や連絡帳などで保健室までお知らせください(TEL 781-9191)。冬休み中は受付がすぐにできない場合がありますので、御注意ください。



☆「はみがき

カレンダーについて☆

冬休み中も歯みがきを忘れずに！そんな思いを込めて、環境委員会の児童が「はみがきカレンダー」を作成してくれました。「はみがきカレンダー」は、24日(水)に持ち帰ります。冬休みが終わったら、学校に持ってきて担任の先生に提出してください。



☆学校でケガをして受診した方へ 災害給付金手続きについて☆

学校の管理下(登下校含む)でのケガで受診された場合、学校を通じてスポーツ振興センターに医療費等の申請ができます。既に作成済みの書類が御手元にある場合は、お早めに御提出ください。**請求権には時効があり、時効を過ぎると請求ができなくなります**ので、御注意ください。詳しくは対象の方にお配りしている『独立行政法人日本スポーツ振興センター災害共済給付金のお知らせ』を御覧ください。

☆手洗い指導についてのお知らせ☆

3学期に「感染症の予防」をテーマにした保健指導を行います。全校児童を対象に、目には見えない汚れ（菌やウイルス）をしっかり洗える手洗いを身に付けさせることを目的として、蛍光剤ローションとブラックライトを使用した手洗い指導を実施します。

〈日時〉 1月中に行う予定です。日時は、各学級の時間割を御確認ください。

〈指導方法〉

○蛍光剤ローション（白いクリーム）を手に塗ってから、すぐにせっけんで手を洗います。

○ブラックライトを使用して、手の洗い残しの部分を光らせて確認します。ブラックライトを直視しないよう配慮された機材を使用します。



〈持ち物〉 ハンカチ

皮膚疾患の心配や手荒れなどから蛍光剤ローションを使用させたくない場合は、御遠慮なく担任または養護教諭までお知らせください。

蛍光剤ローションについて

〈品名〉 手洗いチェック専用ローション
〈成分〉 保湿剤、安定化剤、蛍光剤（ヘキシレングリコールを含む）



冬に気をつけたい 子どもの感染症



ロタウイルス感染症

特徴
白っぽい下痢便が出る
症状
下痢、嘔吐、発熱など
注意点
排泄物や嘔吐物からも感染する。
脱水に要注意

RSウイルス感染症

特徴
呼吸器に感染。
小さいお子さんでは肺炎などの危険も
症状
風邪様症状。
ひどいせきや喘鳴などが出ることも
注意点
基礎疾患を持つお子さんは重症化しやすいので要注意

インフルエンザ

特徴
A型、B型などウイルスの種類で症状が異なる
症状
突然の高熱、悪寒や倦怠感などの全身症状、気道症状など
注意点
感染力が高い。
稀にインフルエンザ脳症を起こすことも

「低温やけど」に注意

こんな人は
電気毛布や電気カーペットの電源を切らずに寝てしまうことがある

低温やけどとは、45~60℃程度の物が皮膚に長時間密着することで起こるやけどです。火や熱湯によるやけどであれば、触れた瞬間に「熱い！」と体が反応しますが、低温やけどでは熱さや痛みをすぐに感じず、気づかないうちに皮膚の奥までダメージが達し、重症化する危険があります。

電気あんかを布団の下、体に触れる位置に置いて寝ている

貼るカイロを肌に直接あてている

火や熱湯を使わずに体を温められる便利なグッズが増えていますが、低温やけどを起こさないように、必ず使用方法を守りましょう。

