

ほけんだより1月

令和4年1月11日
板橋区立高島第二小学校
校長 山藤 知子

新しい年が始まり、一週間が経ちました。冬休みは健康に過ごせたでしょうか。それぞれ一人一人が新しい願いや目標をもち、心新たに新年を迎えられたのではと思います。今年も学校保健へのご理解とご協力をお願いします。

寒い日が続きますが、学校生活のリズムを整え、1年間のまとめである3学期を健康に過ごせるようにご家庭でもご配慮ください。

◇1月の保健行事 *6年生はこの測定値を基に2月に発育のまとめ学習を行います。

日時	対象	内容
20日	1. 4年	身体計測 持ち物：体育着 ※当日は髪を高い位置で結ばないようお願いします
21日	2. 5年	
24日	3. 6年	
25日	5組	

保護者の皆様へ

1 路面凍結時の歩行について

年明けの1～2月は例年、多くの地域で寒さのピークに入る時期です。雪はもちろん、雨が降った後にも地面の凍結が起きるなど、歩行に注意を要する場面が多くなります。

凍結が見られる日のお子さんの登下校に際して、ポイントをまとめました。

- 朝は(登校時)凍結する箇所が多く、特に危険な時間帯です。
- 石畳やタイル、マンホール、横断歩道などは滑りやすいです。
- 日中も陽が当たりにくく、雪や氷が残りやすい場所をチェックしましょう。



天候に合わせて、長靴などのすべりにくく、水に強い履き物の着用をお勧めします。

2 オミクロン株の市中感染について

厚生労働省は、前年12月、新型コロナウイルスの新たな変異株「オミクロン株」について海外から空港に到着した乗客から陽性が確認されたと発表し、12月24日には都内での市中感染も確認されました。

オミクロン株はデルタ株より感染力が強い恐れがあり、今後国内で感染者が増加する懸念があります。しかし、感染症対策に大きな変化はなく、今までどおり、「手洗い、マスク、換気」が主な予防策となります。長いコロナ禍の中で、気持ちが緩まないように、改めてお子さんと手洗いの方法、マスクの付け方などについてお話いただきますよう、お願いいたします。

また、児童・同居のご家族がPCR受検の際は、すぐに学校までご連絡ください。

1月の保健目標 風邪を予防しよう

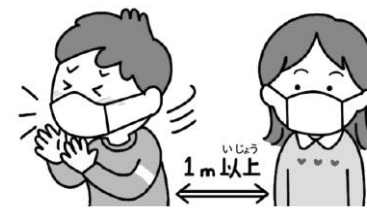
マスクをつけていても…せきエチケット



せき・くしゃみをするときは…

まわりの人から1 m 以上

はなれて顔をそむける。



とっさのときなどは

服のそでなどでカバーする。



ハンカチやティッシュで

鼻と口をおさえる。



手で押さえたり、鼻をかんだ

後は手を洗う。



ふだんからマスクをつけることの多い生活が続いていますが、もちろん、マスクも大事なせきエチケットの一つです。ただし、改めて気をつけたいのは『マスクをつけていれば、せきやくしゃみをして大丈夫』とはならないということです。

感染症を予防するための方法は『どれか一つ』ではなく『できるだけ多く』のものを組み合わせて続けることが大切です。