

12月のほけんだより

入谷小学校 保健室 第7号 令和4年12月 1日



保健室の前の桜の葉が赤・オレンジ・黄・茶色ときれいに色づき、ほとんどの葉を落としました。いよいよ『冬』がやってきます。夕方のニュースで、新型コロナウイルス感染症の感染者数が日に多くなっているのを見て、この冬、同時流行すると言われていたインフルエンザとコロナから、学校をどう守っていけばよいのだろうと考えています。幸い、11月中の感染者、濃厚接触者は1.ケタだけでした。2つの感染症にならないためには、日々の予防を確実に行うことです。手間ではありますが、一つ一つの予防をどうぞよろしくお願いいたします。



感染症が流行る季節になりました

ノロ・ロタウイルス
感染性胃腸炎

インフルエンザ
新型コロナウイルス感染症

感染性胃腸炎



腸管



下痢・嘔吐



今、病気にかかっている人

ウイルスが入り、仲間を増やした場所

もっと仲間を増やそうとして外に出る

再び、ウイルスが体の中に入りこもうとするのを

ブロック



新型コロナウイルス感染症



のどと鼻



息・鼻水・咳くしゃみ



冬の事故に気をつけて!

入谷小学校は駅に近いです。年末にかけ、交通量が増えて渋滞しやすく、人も車も急いでいます。交通事故を防止するため、信号待ちや、道路の横断の仕方などを子どもたちと再度ご確認ください。

やけど



暖房器具のまわりで遊んではいけません。
また、使い捨てカイロなどによる低温やけどにも注意。

交通事故

暗くなる時間が早くなっています。明るい服を着て出かけ、早めの帰宅を心がけましょう。



3つの首^{あたま}を温めて体^{からだ}ポカポカ



北風^{きたかぜ}がピューツと吹いたら、
体^{からだ}がガクガク…

そんなあなたは、「首^{くび}」「手首^{てくび}」「足首^{あしくび}」の3つの「首」を寒さから守れていないのかも。
3つの首には体中をめぐる血管が集中している
ので、温めると体の内側からポカポカするのです。



ネックウォーマーをつけたり、
ハイネックの服^{あいくえら}を選ぼう



外^{そと}に行くときは
手袋^{てぶくろ}を忘れずに



締めつけない、
厚手^{あつて}の靴下^{くつした}が◎



体^{からだ}ポカポカで、元^{げん}気^きに冬^{ふゆ}を過^すごしましょう！

***** 色覚の健康相談について *****

▲色覚検査とは？・・・色の見え方を調べる検査です。検査時間は2～3分です。

▲色覚異常って？・・・色の見え方には個人差があります。大多数の人と見え方が明らかに違うとき、医学的に色覚異常と診断されます。

▲色覚異常の人はどのくらいいるの？・・・先天性色覚異常は、男子の約5%（20人に1人）
女子の約0.2%（500人に1人）の割合にみられます。

▲色覚異常と言われたら？・・・人にはそれぞれ得意なこと、不得意なことがあります。色覚異常も色に見え方に不得意なところがあるということです。

▲受けた方がいいの？・・・自分が間違えやすい色を知ること、生活の中で注意することが分かります。また、ほとんどの職業に就けますが、中には制限のあるものもあるので、事前に調べておくと将来の職業・進路選択の参考になります。

現在、学校の定期健康診断では、色覚検査は実施されておりませんが、普段の生活の中で、お子さんの色使いが気になる方は、保護者の方の希望により、検査を行なうことができます。（以前検査を行った人は、行いません。）

検査を希望される方は、下記の用紙にて 12/6 (火)までにお申し込みください。12/9 (金)に検査します。

なお、学校での検査は、スクリーニング（ふるいわけ）検査です。異常が見られた際は眼科を受診してください。

昨年のおたよりで、色覚特性についての本『色弱の子どもがわかる本 コミックQ&A』を紹介しました。マンガでエピソードが紹介されていてとてもわかりやすい本です。興味がある方は保健室にお声かけください。

き り と り

色覚検査申込書

色覚検査を希望し、申し込みます。

年 組 児童氏名

年 組 児童氏名

※12/6(火)までに担任に提出してください。

保護者氏名