

けんこう

とよおかきた



磐田市立豊岡北小学校
ほけんだより第11号
令和6年3月4日

3月に入り、今年度も残りわずかです。もうすぐ6年生のみなさんは、卒業、ほかの学年のみなさんは進級になります。

毎日いろいろなことを頑張ってきた中で、子どもたちの心と体はしっかり大きくなっています。自分のペースでこれからも成長のステップ一歩ずつのぼってほしいです。卒業・進級、おめでとうございます。

★保健室の1年間

1年間の保健室利用回数(R6.2.22 現在)



内科(体調不良など)
280回

多かった症状は…
1. 頭痛
2. 腹痛

外科(ケガなど)
443回

多かったケガは…
1. すり傷
2. 打撲

保健室の利用状況から

- ・睡眠不足や天候の変化により頭痛で来室する児童が多くいました。休日も早寝を心掛け、睡眠リズムを崩さないように生活しましょう。
- ・ケガをしたとき、「絆創膏ください。」と伝えてくる児童が多いです。保健室では、ケガの状況や状態を見て、判断します。「いつ」「どこで」「どうなったか」を伝えることができるように関わっていきます。

★花粉症の子、増えています つらい時期が今年もまたやってきました。保健室には、鼻詰まりからの頭痛、目のかゆみや赤みで来室する子が増えてきました。症状がひどい場合は、病院を受診し、適切なお薬を処方してもらうのが大切です。また、薬以外にも、できることをやってみましょう。なお、お薬については、自分で服用できるよう、御家庭で御指導ください。朝・夕のみ処方していただくよう医療機関に相談していただくのもよいと思います。




- ❁ 天気をチェック → 気温の高い晴れの日、風の強い日、雨が降った翌日などは、花粉が多く飛びます。
- ❁ 服装の準備 → 帽子、マスク、メガネなどで花粉が体に入らない工夫をしましょう。
- ❁ 洗濯も注意 → 洗濯物は外に干すと花粉がつくので、部屋干しがおすすめです。
- ❁ 花粉を洗い流す → 帰宅時は、うがい・手洗い・洗顔で花粉を洗い流す。髪の毛にも花粉はたくさんついているので、シャンプーも効果的です。



★3月 SC 来校日

3/4(月)	8:00~14:45
--------	------------

今年度、最後の SC 来校日です。随時、予約を受け付けています。御希望の場合は、お気軽に担任または養護教諭まで御連絡ください。



養護教諭からの一言

お子様の健康管理や学校保健への御理解、御協力ありがとうございました。

六年生の保護者の皆様、あと数日で卒業です。御卒業おめでとうございます。お子様は、六年間で心も体も大きく成長しました。中学校でも、健康でハッピーがたくさんある生活になります。すすことをお祈り申し上げます。