

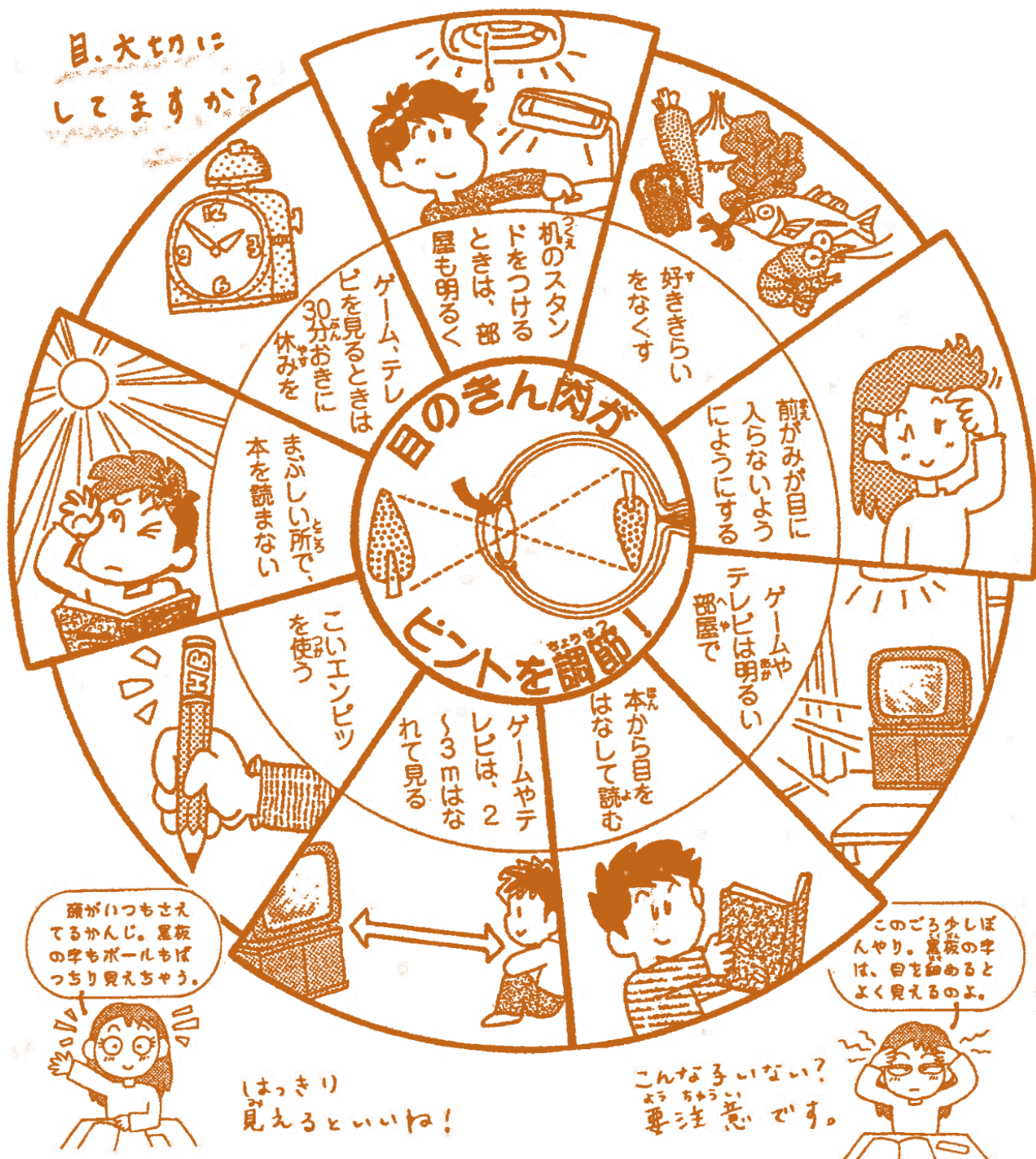


☆ 10月の保健目標 ☆

目を大切にしよう

10という数字を横に倒すと、 $\overline{00}$ で目のように見えるという理由から、10月

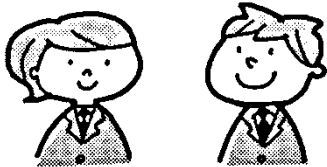
10日は目を大切にする日（目の愛護デー）になっています。みなさんの周りにはテレビやゲーム、スマートフォン、タブレットなど使い方によって目を悪くしてしまうものがたくさんあります。姿勢に気をつけたり、ノーメディアデーを活用したりするなど、この機会にそれらとの付き合い方を考えてみましょう。



＋ 1 学期の保健室利用状況 ＋

利用件数

764 件



具合が悪くてきた人

192 人

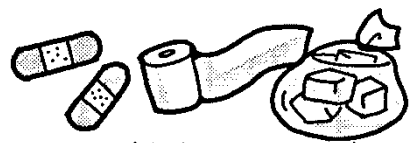


いちばん多かった病気

腹痛

けがの手当できた人

572 人

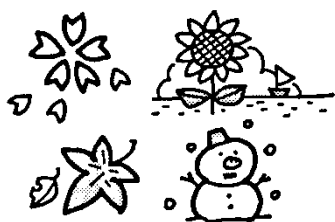


いちばん多かったけが

すり傷

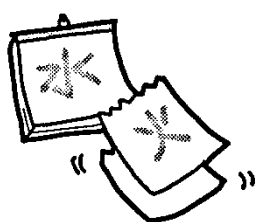
来室者が多かった月

5 月



来室者が多かった曜日

木 曜日



秋にも注意!!

花粉症

花粉症＝春のイメージですが、実は、秋にも多いのです。かぜが流行し始める時期と重なるため、かぜだとかんちがいしているケースも多いようです。

■ ここがちがう!! 花粉症とかぜ

花粉症	症状	かぜ
なし (あっても微熱)	熱	あり (高熱になることも)
水っぽい	鼻水	ネバネバする
かゆみあり	目の症状	なし



かぜのような症状が長引いているときは、花粉症かも!?

■ 秋の花粉症の原因は?

ヨモギ、ブタクサ、カナムグラなど、身近な雑草



■ ここに注意!!

- ・ 草むらに近づかない。
→ 花粉が飛ぶ範囲は、数10メートル
- ・ 花粉が飛びやすいのは、
→ 湿度の低い日
→ 午前中
- ・ 外出から帰ったら、手洗い・うがい・洗顔。



1 学期の保健室利用者の人数は合計 764 人で昨年度の 1 学期は 787 人より若干少なくなりました。校庭の使用が制限されたことでけがが少なくなったと考えられます。ただし、その分室内でのケガが考えられますので、周りをよく見て行動する等、落ち着いた生活をこれからも指導していきます。

朝から具合が悪かったけれど、検温せずに学校に来てしまった、と来室する児童も多いので、朝の健康観察をしっかりとしてくださいよう、改めてお願いいたします。

昨年度はインフルエンザが学校で流行しましたので、これからの時期はぜひご家庭でも感染症対策にご協力をお願いいたします。

衣服の調節をしよう



これからの季節、急に寒くなる日があるので、衣服の調節をして体調をくずさないようにしましょう。