

とよOH! げんKIDS

令和3年11月

豊郷中央小 保健室



おうちの人といっしょによんでね。

11月の保健目標

正しい姿勢をしよう

今年の秋は短いかもしれませんね。ついこの間まで、半そでの人が多かったですが、風が冷たく感じる今日この頃です。

季節の変わり目で体調を崩している人もいます。気を付けましょう。体調が悪いときは無理をしないようにしましょう。



保護者の方へ

◆色覚について

色覚の検査は、以前は定期健康診断として実施していましたが、平成15年度より、健康診断として実施しなくなりました。そのことで、色覚の異常がわからないまま就職の時期に初めて色覚による就職への制限があることを知る、という報告がありました。

色覚に異常がみられる割合は、男子の約5%（20人に1人）、女子の約0.2%（500人に1人）という報告があります。色が全くわからないのではなく、色によって見分けにくいことがある程度で、日常生活にはほとんど不自由はありません。

色覚の異常がハンディになり得る職種としては、印刷、塗装、染色、カラーコーディネーター、野菜や魚の鮮度の判定など微妙な色の判別が要求される職種が考えられます。

しかし、人間の感覚に頼っていたものが、機械による測定も可能となったものもあることから、色覚の異常に支障なく選択できる職業もありますので、正確な情報を把握することが大切です。

そこで、本校でも希望者を対象に健康相談の一環として検査（石原式学校用検査表による）を受けることができます。今後、色覚検査は4年生対象に希望制で実施したいと思います。

本校は、昨年度、全校生に希望を取って実施していますので、今年度の1年生が4年生になったとき、4年生全員に通知し希望者の実施をしたいと考えています。もしも他の学年で、昨年度実施できなかったお子様は、「連絡帳」等で連絡をいただければ、保健室で実施しますので、よろしくお願いいたします。



◆「健康票」について

2学期になり、身長・体重の測定をしました。約半年で、たくさん背が伸びました。体重も増えました。でも若干、体重が減っているお子様がいて、声をかけさせていただきました。お家でもよく見ていただきたいです。

定期健康診断や2学期の身体計測の結果のお知らせに使っていた「健康票」は、今年度までの使用といたします。次年度からは、別の形でお知らせいたします。そのため、2学期の身体計測でお渡しした「健康票」は回収いたしませんでした。お家で保管をお願いいたします。

✿コロナ対策「こまめに手洗い」「教室の換気」について



8月の「緊急事態宣言」も解かれ、コロナ感染者が少なくなってきました。このまま落ち着くといいいですね。

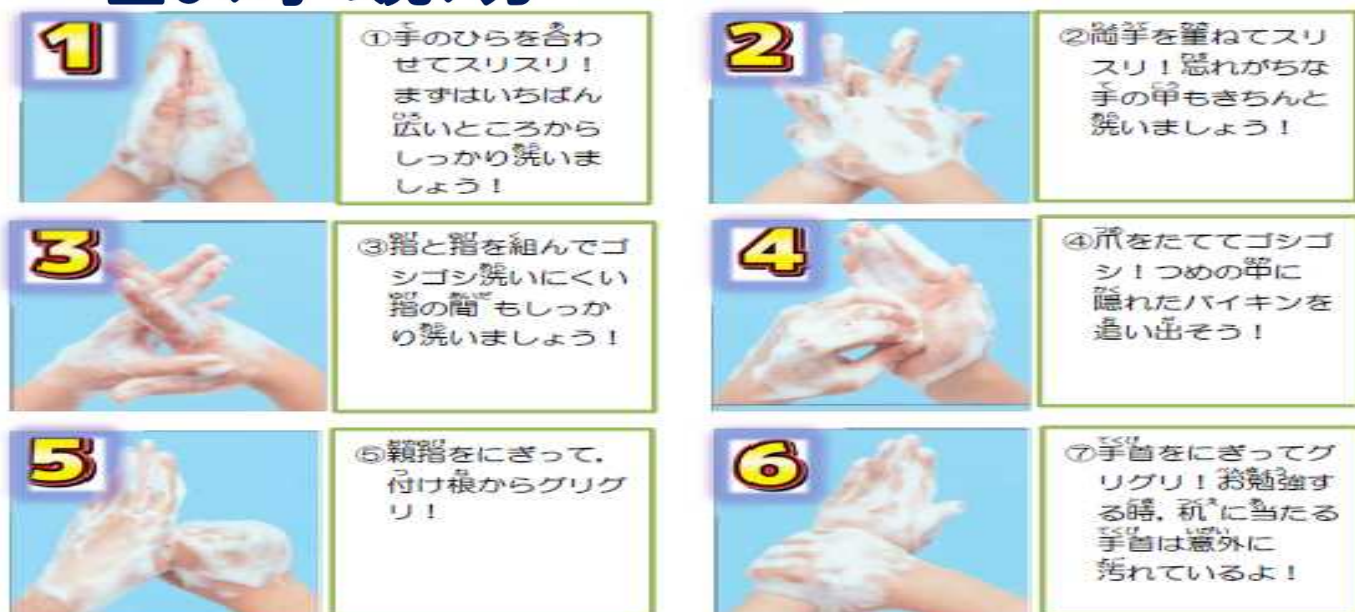
もうしばらく感染対策は続けていかなければなりません。元気の毎日が送れるよう、みんなでがんばりましょう！

こまめに手洗い

体育後、給食前、外遊び後、清掃後、トイレの後などは、特にていねいに手を洗いましょう。

これからどんどん寒くなり、水道水での手洗いもさっさと済ませがちですが、手洗いの歌も頭の中で思い出しながら、しっかり手洗いをしましょう！

~正しい手の洗い方~



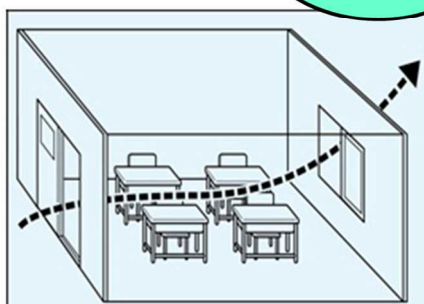
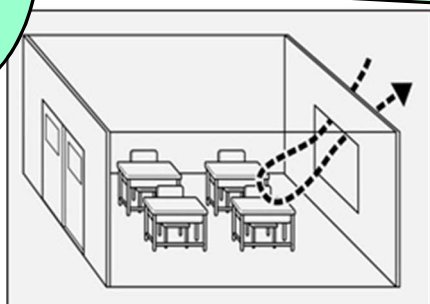
教室の換気

エアロゾル感染・飛沫感染といって目には見えない小さなものが感染の原因となって空気中にただよっていることがあるため、換気はとても大切です。

かんきひ
11月 換気の日
9日 です

換気のコツは、空気の通り道をつくることです。

休み時間には、教室の空気を入れかえましょう！



- ✿サーキュレーターを活用し、室内の空気を循環させましょう。
- ✿寒い日があるので、衣服で上手に調整しましょう。

✿教室の換気をするときは、窓だけを開けるのではなく、教室の入口や出口・窓も全部開けて風通しをよくして、汚れた空気を追い出しましょう。