



ほけんだより

仙台市立岩切小学校
令和3年5月20日
No.3

わかばの季節

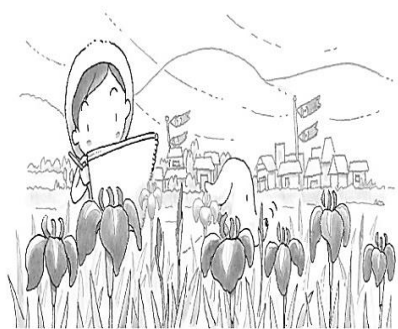


ゴールデンウィークも終わり、新緑がさわやかな季節になってきました。新緑とは、春から夏の始め頃に草木が芽ぶき、きれいな緑色になることをいいます。さわやかで心地のよい季節です。この若葉のように、岩切っ子も、はつらつと、のびのびと学校生活を送ってほしいと思います。

さて、連休が終わったちょうど今頃は、だんだんと気温も上がり、また、体が暑さに慣れていないため、熱中症に注意が必要な時期です。予防のポイントを確認して、元気に過ごしましょう。

【熱中症防止のポイント】

- ① 気温が高い日は、風通しのよい涼しい服装を心掛けましょう。汗の始末もしっかりと！
- ② 外遊びでは帽子をかぶりましょう。
- ③ こまめな水分補給と休憩を忘れずに。一度にたくさん飲むよりも、少しずつ分けてたびたび飲むようにしましょう。
- ④ 寝不足や朝ご飯抜きは熱中症の危険が高まります。早寝早起き朝ご飯の生活リズムに気を付けましょう。



【健康診断結果について】

- ◇ 健康診断の結果は、歯科検診を除いて、異常があった児童のみ受診勧告のお便りが配付されます。歯科検診結果は受診者全員に結果を配付します。お手元に届きましたらご確認ください。
- ◇ 受診後は、「受診報告書」を学校へご提出ください。受診報告書は医療機関でご記入いただく書類です。
- ◇ 視力検査の結果は、眼科検診終了後に配付されます。ほけんだよりNo.2でもお知らせいたしましたが、仙台市では、小学1年生と4年生を対象として、「眼科精密検査受診券」の発行を行っています。受診券を使用した場合、眼科での検査が無料となります。受診期間は8月末日までです。受診券が届く前に眼科を受診された場合、受診券は無効となりますのでご了承ください。お子様が受診券発行の対象となる場合、眼科検診結果(視力検査結果含む)通知の際にお知らせの用紙を同封いたしますのでご確認ください。
- ◇ 学校での聴力検査の結果から二次検査の対象となった児童に対して、仙台市より受診券を配付いたします。主治医の有無の確認のお便りを配付いたしますので、ご確認ください。



寒暖差の大きい時期です。衣服の調整を！

春から夏へと季節が変わるこの時期は、朝晩と日中の寒暖差が大きくなる時期です。また、晴れていても風が強く、体感温度は上がらない…なんてこともありますね。

そんな季節の変わり目を快適に過ごすために、着脱しやすい羽織り物を準備したり、シャツやブラウスの下に肌着を着たりする習慣をつけましょう。肌着は、暑いときは汗を吸って肌をサラサラにします。反対に、寒いときには、体の熱を逃がさないようにキープしてくれます。汗や皮脂を吸い取って肌の清潔を保つ役割もあります。快適な毎日のために、肌着や羽織り物などの衣服の調整について見直してみましょう。



【学校感染症について】

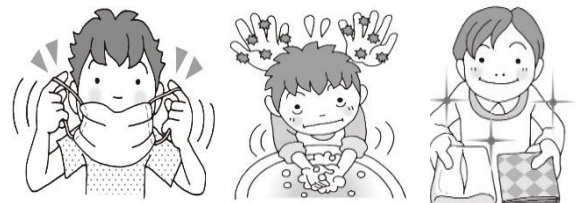
- 感染症による出席停止は、お子様の「体調の回復を最優先にすること」と学校での集団感染を防ぐために「感染力のある期間は登校を控えること」を目的とする措置です。
- 法律（学校保健安全法）で定められた感染症（学校感染症）に罹患した場合は、学校へご連絡ください。
- 出席停止期間の基準は下記の表の通りです。主治医の先生から登校の許可を得た上で、登校を再開していただきますようご協力をお願いします。



病名（第2種感染症）	出席停止の基準
髄膜炎菌性髄膜炎	病状により学校医等において感染のおそれがないと認めるまで
インフルエンザ	発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日（幼児にあっては3日）を経過するまで
百日咳	特有の咳が消失するまで 又は5日間の適正な抗菌性物質製剤による治療が終了するまで
麻疹（はしか）	解熱した後、3日を経過するまで
風疹	発疹が消失するまで
流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫脹が発現した後5日を経過し、かつ、全身状態が良好になるまで
水痘（みずぼうそう）	すべての発疹が痂皮化するまで（かさぶたになるまで）
咽頭結膜熱（プール熱）	主要症状が消退した後、2日を経過するまで
結核	病状により学校医その他の医師において感染のおそれがないと認めるまで

【上記以外の感染症等について】

- ・ 第3種の感染症として指定されている流行性角結膜炎（はやり目）は、「病状により学校医その他の医師において感染のおそれがないと認めるまで」出席停止となります。
- ・ 伝染性紅斑（りんご病）や溶連菌感染症、手足口病、マイコプラズマ肺炎等は、学校で通常みられないような重大な流行が起こった場合に、必要があるときに限り、学校医の意見を聞き、校長が第3種の感染症として緊急的に措置をとることができるものとして定められているものです。そのため、通常は出席停止扱いとはなりませんのでご了承願います。
- ・ 新型コロナウイルス感染症につきましても、上記表と同様に、学校保健安全法第19条の規定により、児童の感染が判明した場合や児童が感染者の濃厚接触者となった場合は、出席停止となります。



◎●保健室でのひとりごと：こんなときだから・・・●◎

「社会情勢により我慢や制限の多い連休になるかもしれないが、『こんなときだからできること』に目を向けよう。新年度のスタートから、慌たしさで“雑”になっていた部分、そんな部分を見直したり、丁寧に日常を過ごしたりしてみると、休み明けの様子が変わるかもしれない。」この言葉を聞き、自分自身もハツとした連休前のある日の夕方。ぽかぽかの太陽の下で布団を干したり、お気に入りのパンをお供にゆっくり朝ご飯を食べたり、ずっと気になっていたラベンダーの鉢植えにチャレンジしたり。何気ない日常ですが、「日常を丁寧に」、そんな気持ちで過ごした今年の連休は、とてもリラックスした気持ちで休み明けを迎えることができました。食事や睡眠、団らんの時間…毎日の生活が整うと、こんなにも体も心も落ち着くこと、改めて実感しました。皆さんはどんなお休みでしたか？

