

川口市立新郷東小学校 令和5年12月

運動会や音楽会が終わり、もうすぐ冬休みです。今の新郷東小学校は落ち着いていますが、2学期の保健室は、発熱での来室がやはり多くて、そのままインフルエンザや溶連菌と診断されることが多かったです。けがは、運動会練習もあったのが影響してか、擦り傷とひねってしまったというのが多かったように思います。三学期も元気に楽しく過ごすことができるよう、引き続き感染対策を行うとともに、体調管理に気をつけて生活しましょう。

### ひび・あかぎれができれば・・・

最近、皮膚が乾燥してひび割れてしまい、出血してしまっている子がいます。気温が下がり、空気がかんそうする冬場は、「ひび・あかぎれ」が起こりやすくなります。

ひび・あかぎれは、寒くなることで、手などの皮ふの表面がかわいてむけたり、皮ふのあつい部分がかたくなって割れたりして、血がにじんだ状態になり、強いかゆみが出ます。

洗うときは皮ふにしげきをあたえないように、少量の石けんを

よくあわ立てて洗い、

洗った後すぐにタオルなどで

水気をふき取り、必要なら

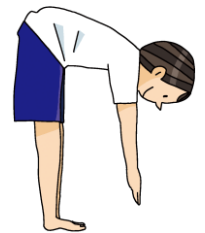
クリームをぬることで、

予防しましょう。



### 冬休みがはじまります！

寒いと家に閉じこもりぎみになるものですが、体を動かさないと抵抗力も弱くなってしまいます。しっかりと体を動かすと、おなかが減ってごはんもしっかりと食べることができ、夜もぐっすりねむれるので、外で元気に遊びましょう。お家ではストレッチがおすすめです！



保護者の方へ

### 色覚異常について

先天性色覚異常は、男子の約5%、女子の約0.2%の割合にみられます。

色がまったくわからないというわけではなく、色によって見分けにくいことがある程度で、日常生活にほとんど不自由はありません。しかし、状況によっては色を見誤って周囲から誤解を受けることや、色を使った授業の一部が理解しにくいことがあるため、学校生活では配慮が望まれます。本人には自覚症状のない場合も多くみられます。お子さんの色覚について、気になることなどございましたら、保健室にご相談ください。

ほけんもくひょう かんせんしょう よほう  
 ≪12月の保健目標≫ 感染症を予防しよう



いんとうけつまくねつ ねつ ぜんこくてき りゅうこう  
**咽頭結膜熱（プール熱）が全国的に流行しています**

さいたまけんない りゅうこうけいほう で しんごうひがししょう は や せき  
 埼玉県内でも流行警報が出ました。新郷東小ではそれほど流行っていませんが、咳やくしゃみによる  
 ひまつ きょうゆう かもうせい よほう  
 飛沫やタオルを共有することでうつる可能性があるので、しっかりと予防しましょう。

また、アデノウイルスといわれただけでは、出席停止になりません。

いんとうけつまくねつ ねつ しんだん しゅっせきていし  
 咽頭結膜熱、もしくは、プール熱と診断されたら出席停止に  
 おな りゅうこうせいかくけつまくえん め  
 なります。同じアデノウイルスで、流行性角結膜炎（はやり目）  
 しゅっせきていし しんだん がっこう おし  
 も、出席停止になります。診断されたら学校に教えてください。  
 そうだん  
 わからないときは、ご相談ください。

よほうほうほう  
**予防方法**

- ★ 流水、せっけんによる手洗い
- ★ マスクの着用含む、咳エチケット  
 （くしゃみや咳がでるとき、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖を使って、口や鼻をおさえること）
- ★ むやみに目や口に触れたり、こすったりしない
- ★ 十分な休養と、バランスの良い食事
- ★ タオルの共有をしない

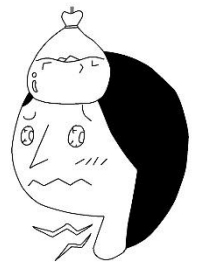
いんとうけつまくねつ ねつ  
**咽頭結膜熱（プール熱）**

**病原体** アデノウイルス

**症状** 自やにがでて、目がはれて、じゅう血します。さらに、せきや鼻水、のどの痛みなどの症状に加えて38～40℃の熱が出ますが、数日経過すると症状が回復します。夏にプールで感染することがあるので「プール熱」と呼ばれますが、日常生活の中でもよく感染します。

**登校について**

症状が治まった後、2日間を過ぎるまでは、出席停止となります。



へ や くう き うるお しつ ない かん そう たい さく  
**部屋の空気に潤いを…室内の乾燥対策**

ぬらしたタオルをかける

霧吹きで水分を散布する

お湯を張った洗面器を置く

床や窓を水拭きする

観葉植物を置く

きれいなハンカチできちんとふくところまでが手洗いです

