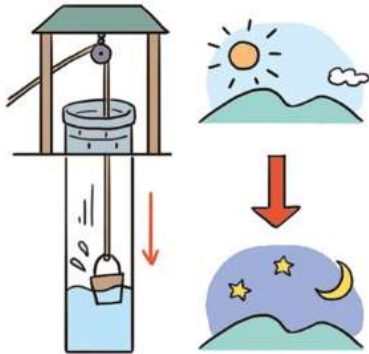


ほけんだより 10月号



「秋の日はつるべ落とし」ということばを知っていますか？「つるべ」とは、井戸の水をくむためにつるしてある水桶の事です。それが深い井戸にストーンと落ちるように、あっという間に日が沈んでいくというたとえです。それに伴い、朝晩の気温の差が大きくなります。脱ぎ着しやすい服装で、気温差による体調不良を予防していきましょう。

10月の保健目標

目を大切にしよう



※ルビがつけられなかったので、むずかしときはおうちのひととやってみてください。

ぜんぶわかる？ 目のことわざ

①～⑤の〔 〕にあてはまる言葉を入れて、それぞれのことわざの意味をA～Eから選びましょう。めざせパーフェクト！

① 目は〔 〕ほどにものを言う



② 〔 〕の目にも涙



③ 〔 〕から目薬



④ 目から〔 〕へぬける



⑤ 目の上の〔 〕



- A. どんなに怖い、冷たいと思われている人でも、時には優しい面を見せることもあるということ
- B. 回りくどくて効果がないこと。思うようにならず、もやもやすること
- C. いつも気になってうっとうしいもの、目ざわりでじゃまなもののこと
- D. 目つきは話すのと同じくらい気持ちを相手に伝える、表現することができるということ
- E. 判断力に優れ、物事に素早く反応できる様子。頭の回転が速いこと



は 歯みがきカレンダーの集計結果



回収率：94%

対象者：小学部、中学部1～4組、高等部1～4組

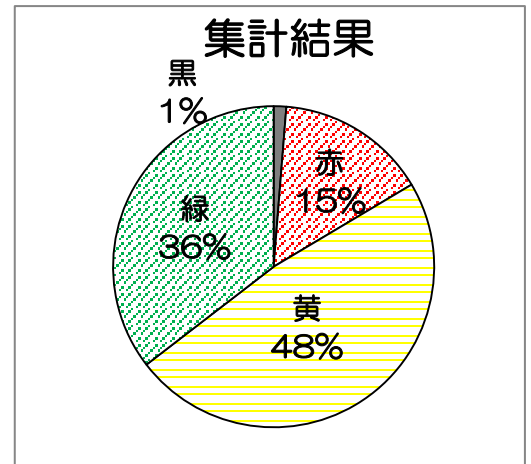
実施時期：夏休み

記入方法：1日に歯みがきした回数の色を記入する。

緑(3回)、黄(2回)、赤(1回)、黒(0回)

集計方法：同じ人でも日によって歯みがきの回数(色)にばらつきがあるので、一番多い回数(色)をその子の歯みがき習慣として集計しました。

結果：歯みがき習慣としては、1日2回みがく人が一番多いようです。一回もみがかない人がいたのは残念です。



※一生使う歯の健康を守るために、食べたらみがく歯みがきの習慣を身につけましょう!

心が疲れていませんか?

2学期が始まって、1ヶ月が過ぎようとしています。

気持ちが沈んだり、モヤモヤした時に相談できる人はいますか?



身近な友達、お父さんや、お母さん、兄弟、担任の先生、顧問の先生、寄宿の先生など、誰かに話をすると気持ちが整理されて楽になることがあります。スクールカウンセラーに相談することもできます。スクールカウンセラーとの相談は予約が必要ですので、希望する人は担任の先生や特別支援教育コーディネーターの先生、保健室に申し出て下さいね。

保護者の方へ



新型コロナ・インフルエンザ等学校感染症の出席停止について



新型コロナウイルスやインフルエンザについては、薬局等で販売している抗原検査キットによる自己検査で、陽性の判定が出ることがありますが、自己検査のみでは出席停止になりません。

病気を診断できるのは医師のみですので、自己検査で陽性反応が出た場合はすみやかに医療機関を受診することをお勧めします。

その他の感染症についても、医師の診断がない場合は出席停止にはなりませんのでご承知おきください。

例1：兄弟がウイルス性胃腸炎に罹患した、翌日、本人に同じ症状が出たので医療機関には行かず欠席した。→病欠となります

例2：兄弟がインフルエンザに罹患した、翌日、本人に同じ症状が出たため医療機関を受診し検査を受けたが結果は「陰性」だった。しかし医師から、検査は陰性でもインフルエンザと同じ症状なので、念のため5日間学校を休むように言われた。→出席停止となります