

# すこやか



実家庭配付

令和4年3月 外野小 保健室

## 3月の保健目標 健康な生活ができたか反省しよう

令和3年度も残すところあとわずかとなりました。6年生のみなさんは、小学校の生活とももうすぐお別れです。体調を整えて、卒業式、修了式を思い出の残るものにしてほしいです。

### 《3月の保健関係行事》

項目	対象	お知らせ
清潔検査、健康生活の反省	1～6年	手洗いの後は、清潔なハンカチを使えるよう、必ず身に付けましょう。つめも短く切りましょう。1年間の健康生活の反省を行います。

### 《お知らせ（6年生保護者様）》

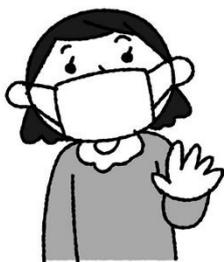


お子さんのご卒業にあたり、学校で保管しておりました学校心臓病検診調査票・所見票（1年生の4月に行った心臓病検診の結果）を返却いたします。この資料は中学校では使用しません。ご家庭での保管または処分をお願いします。

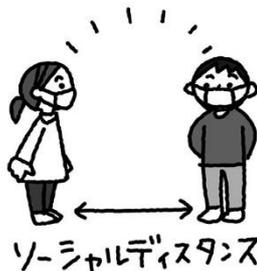
### 《感染症の流行状況》

通常登校が再開し、学校で子供たちに会えることの素晴らしさを感じている今日この頃ですが、新型コロナウイルスはまだまだ猛威を振るっています。改めて、基本的な感染症対策を振り返ってみましょう。

## 新型<sup>しんがた</sup>コロナウイルスもインフルエンザも / 自分<sup>じぶん</sup>にできる<sup>かん</sup>感染症<sup>せんしやうたいさく</sup>対策 **しっかり<sup>つづ</sup>続けることが大事<sup>だいじ</sup>**



ひと<sup>ひと</sup> いっしょ<sup>いっしょ</sup>  
人と一緒のときはマスク  
ひまつ<sup>ひまつ</sup>を飛ばさない



ソーシャルディスタンス

ひと<sup>ひと</sup>の きまり<sup>きまり</sup>  
人との距離をとる  
ひとご<sup>ひとご</sup>（人混みは避ける）



せっ<sup>せっ</sup> てあら<sup>てあら</sup>  
石けんで手洗い  
てい<sup>てい</sup>ま<sup>ま</sup>き<sup>き</sup>  
（定期的にこまめに）



えい<sup>えい</sup>よう<sup>よう</sup> すい<sup>すい</sup>みん<sup>みん</sup>  
栄養や睡眠をしっかり  
たい<sup>たい</sup>り<sup>り</sup>よく<sup>よく</sup>  
体力をつける



## 《溶連菌感染症とは?》のどが痛くなるこどもの病気

A群β溶血性連鎖球菌という細菌によって起こる感染症です。

子どもが「のどが痛い」という時、ウイルスや細菌に感染してのどに炎症を起こしている状態です。多くはウイルスによるものですが、中には、合併症（リウマチ熱、急性糸球体腎炎など）を引き起こす溶連菌によるものがあります。

### 感染経路

・飛沫感染（口や鼻から感染）  
咳やくしゃみ等で飛び散った菌を吸い込むことで感染します。

・接触感染（皮膚から感染）  
皮膚と皮膚が触れる、タオルや食器等を介するなどして感染します。



みみ なか いた  
**耳の中がはれたり痛んだり…**

ちゅう じ えん き  
**中耳炎に気をつけよう**

きゅうせいちゅうじえん  
**急性中耳炎**

まんせいちゅうじえん  
**慢性中耳炎**

しんしゅつせいちゅうじえん  
**滲出性中耳炎**

ちゅうじえん  
**中耳炎になったら**



きゅう えんしやう お  
急に炎症が起こり  
みみ いた  
耳が痛くなる。



えんしやう なか つづ じろう  
炎症が長く続き、耳漏や  
みみ いた  
聞こえが悪くなる。



みみ なか えき  
耳の中に液がたまって  
きこえが悪くなる。



ほう っておくと治りが  
わるいので耳鼻科で治療を。



学校でのケガで受診  
医療費の申請は  
お済みですか？

学校管理下のけがにより、医療機関で診療を受け、「医療等の状況」等の文書をお持ちでまだ学校に提出をしておられない方はお早めに学校へ提出をお願いいたします。また、給付金は指定の口座へ入金されますので、口座依頼書もあわせて学校へご提出お願いいたします。

### 《視力管理カードを回収しています》

眼科受診の必要があるお子様には、視力管理カードを配付しています。このカードは中学卒業時まで使用するものです。お手元にある場合は学校へお戻しく下さい。