

保健だより 11月号

茨城県立大子特別支援学校
保健室 2015.11.1

欠席をする児童生徒は少なかったのですが、咳や鼻水が続き、なかなか風邪が治らない児童生徒が目立った10月でした。

これから本格的な風邪のシーズンを迎えます。

うがい、手洗いと日常の小さなことですが、外出後には、必ず行うようお願いいたします。

11月の行事予定

9日(月) 体重測定(中・す)
10日(火) 体重測定(小)

11月の保健目標

○風邪の予防をしよう。



☆ 風邪の予防をしよう

◎外出後にうがいをする 	◎手洗いをする 	◎睡眠をしっかりとる 
◎鼻水や咳が出るときは、マスクをする 	◎3食しっかり食べる 	◎極端な厚着、薄着をしない 

☆ 茨城県感染流行情報より(10月26日現在)

10月中旬に、小美玉市の小学校で、インフルエンザによる学級閉鎖が報告されました。

また、10月19日には常陸大宮保健所管内(常陸大宮市、常陸太田市、大子町、那珂市)でインフルエンザB型の登録がされています。

ノロウイルスも、注意が必要な時期です。家族内で患者がでた際の留意点を併せて配付いたしますのでご覧ください。



☆ 空気の乾燥も気になります

部屋の加湿にも注意を向けて欲しい時期です。

各教室には大きいサイズの加湿器が設置されており、毎年11月をめぐりに使用出来るよう、掃除、点検を各クラスでしています。保健室の小さな加湿器は、アロマオイルが使用出来るため、鼻風邪、喉の痛み等、気管支のトラブルに効果のあるユーカリオイルを使用しています。



☆ 保健室から

大子に赴任して3年目の森林の子祭。一つ一つの場面で、あれができた、これができるようになったと、予行練習時から、泣きそうになっていました。保護者の皆様もお子さまの成長を感じる1日であったと思いますが、私も子ども達の成長を改めて感じた日でした。

