

1月のほけんだより

令和5年 1月10日
横浜市立 荏田小学校
校長 伊藤 智樹
養護教諭

2023年はうさぎ年です

1月になり、新しい年がはじまりました。

今年うさぎ年です。

うさぎを使ったことわざに「兎の登り坂」というのがあります。

「自分の持っている力が発揮できて、物事がとんとん拍子に進んでいく」という意味です。

うさぎは後ろ足が長いので坂道を登るのが得意なのだそうです。

みなさんも得意なことをたくさんみつけて、積極的に行動してみましょう！

きっと、このことわざみたいに上手にいくことがあるはずですよ。



冬でもこまめな水分補給をしよう！

冬は水分補給を忘れがちになってしまいます。

でも、体の水分が足りないとカゼをひきやすくなります。

なぜ、水分が足りないとカゼをひきやすくなるの？



鼻やのどの粘膜の下には「線毛」と呼ばれる小さな毛のようなものがびっしりと生えています。

鼻や口から入ったウイルスは粘膜でキャッチされ、線毛によって体の外へ運び出されます。

ところが、空気が乾燥している冬に水分補給を忘れると、粘膜が乾き、線毛がうまく

動けなくなってしまいます。すると、ウイルスが体の中に入り込み、カゼをひきやすくなってしまいます。

【1月の保健行事】

2月に予定されている持久走大会に向けて、臨時の健康診断を行います。

※健康診断は校医の先生のご都合や行事などで変更する場合があります。ご了承ください。

持久走前健康診断

1月16日(月) 1:30~2:30 1・5・6年 3・4くみ

1月23日(月) 1:30~2:30 2・3・4年

※ 体育着を持ってきます。

※「持久走大会事前健康調査」 提出期限 1月11日(水)までです。

持久走大会が安全に実施できるよう、調査にご協力いただき、合わせて健康診断を実施いたします。持久走大会の日程等の詳細は感染状況等をふまえて、別途お知らせいたします。

保護者の皆様へ

新しい年になり、後期後半がスタートいたしました。12月後半より体調不良や発熱によるお休みが増えてきている傾向にあります。冬はインフルエンザや感染性胃腸炎が流行する季節です。インフルエンザが疑われる場合、また感染性の胃腸炎が疑われる場合にも病院の受診と学校へのお知らせをお願いいたします。

引き続き、感染症予防の観点からお迎えをお願いする機会が多くなってくると思います。健康管理を含め、ご協力よろしくお願いいたします。

学校生活での配慮が必要な場合（来年度に向けて）

現在、アレルギーや腎臓、心臓疾患など学校生活で配慮が必要なお子様には「学校生活管理指導票」を提出していただいております。現在提出していただいているお子様には、来年度に向けまして、学校生活での配慮事項を主治医と確認し、出していただきますよう2月頃にお問い合わせのお手紙と学校生活管理指導票をお渡しする予定です。

今年度は配慮を必要としていなかったが、来年度からは配慮が必要とされるお子様がいらっしゃいましたら、養護教諭までご連絡、ご相談ください。

令和5年度より 日本スポーツ振興センター・災害給付金のお渡し方法を変更します

お子さまが、学校管理下（登下校中含む）での災害（ケガ等）によって病院で治療を受けた場合、その医療費が災害給付金として給付される「日本スポーツ振興センター・災害給付制度」があります。この災害給付金のお渡し方法を令和5年度から変更いたします。

詳しくは、別紙にて後日お知らせいたします。

歯みがきカレンダーご協力ありがとうございました

冬休み、ご家庭での歯みがきカレンダーのご協力ありがとうございました。確認してまたご家庭へご返却いたします。

