

保健だより

令和6年12月
津幡町立萩野台小学校
保健室

今年もあと一ヶ月となりました。冬休みまで、ラストスパートです。2学期のまとめの時期であり、そして、1年のしめくくりの時期でもあります。学習面、生活面など今年中にしておきたいことを考えて実行できるといいですね。そのためにも、手洗い・うがいなどの感染症対策をしながら、生活リズムも整えて、元気に過ごしましょう！

6年生が薬物乱用防止教室を行いました。北陸大学 薬学部の宇佐見先生にお越しいただき、薬物乱用とは何か、医薬品の適切な使い方を学びました。その後、「もしも薬物の使用を誘われたらどうするか」ということでロールプレイを行いました。

強い気持ちを持って、「自分の健康のために、違法薬物は絶対に使用しない・断る、医薬品は使い方を守る」ということを忘れずに、過ごしてほしいと思います。



6年生の感想より(一部抜粋)

- ・かぜ薬など安全だと思っていた薬でも使い方をまちがえると危ないということが分かりました。これからも薬の使い方をまちがえないように気をつけようと思いました。
- ・薬局などに売っている薬も使い方をまちがえると心や身体に悪いえいきょうがあることを初めて知りました。次からはよく見て考えて薬を選びたいです。
- ・よい薬を悪用するとダメなことが分かりました。
- ・日本にも危険な薬物が森に生えていることもあるのが、こわかったです。
- ・薬物は、アイス、やさい、チョコなどいろいろな名前のものがあるんだなと思った。

だまされないようにしないといけないですね

メディアコントロールについて

メディアコントロールチェック表の取組、ご協力ありがとうございました。7月の取組の時に7日以上ルールを守ることが難しかったけれど、今回は7日以上ルールを守ることができた人が増えました。

これから、なかなか外遊びが難しい季節となりますね。また、冬休みは年末年始もあるので、メディアに触れる時間が増えがちになるかと思います。冬休みもぜひ、家族でメディアのルールについて話し合ってみてくださいね。1月にもメディアコントロールチェック表の取組を予定しております。後日、お知らせします。

～すこやか集会に関して 保護者の方の感想より～

- 保健委員さんのすごろくのアイデアが斬新でした。すごろくをする事で、話を聞くのもより聞きやすくなったと思いました。
- とてもわかりやすい講話でした。困った際の相談機関の紹介もあり、何かあった際の一つのツールを得ました。ありがとうございました。
- 健康委員の劇やすごろくはとても伝わりやすくてとても良かったです。メディアルールを家庭でもしっかり話しあい守ってほしいです。

感染症の出席停止基準について

全国的に様々な感染症が少しずつ増えてきているようです。

これから流行することが予想されるインフルエンザ・新型コロナウイルス感染症の出席停止期間をお知らせします。インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症に関わらず、どの感染症に関しても受診した病院の医師の判断のもと、療養するようお願いいたします。

インフルエンザ!?

登校再開はいつになる?

原則 発症後、5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで出席停止です。

発熱 解熱 解熱後 登校可能

発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
発熱							
発熱							
発熱							
発熱							

※1 発症日翌日を1日目と数えます。
 ※2 発症から5日を経過しても、解熱してから2日を経過しなければ登校はできません。

東山書房 健康教室より

新型コロナウイルス感染症の出席停止期間

基準 発症した後五日を経過し、かつ、症状が軽快した後一日を経過するまで出席停止

発症 症状が軽快 症状軽快後 登校可能

発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
発症							
発症							
発症							
発症							
発症							

※1 発症日翌日を1日目と数えます。
 ※2 発症から5日を経過しても症状が軽快してから1日を経過しなければ登校はできません。