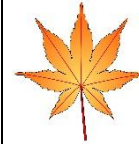
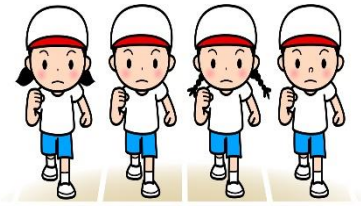


# 保健だより 11月号



秋の訪れをなかなか、感じられないなと思う10月でした。子どもたちが楽しみにしていた遠足も天候に恵まれ、無事に終わりました。

現在は、保健室にも体育館から大きな掛け声やダンスの音楽が聞こえてきます。お子さんたちは一生懸命に運動会において練習をしています。そのため、練習の疲れに寒暖差も加わり、体調も崩しやすくなります。お子さんが元気に運動会の当日を迎えることができるよう体調管理をよろしくおねがいします。



## 座間小学校 感染症の状況

座間小学校では、9月にインフルエンザが流行し、2年生2クラスに学級閉鎖の対応を行いました。10月の中旬あたりまでは、感染者が少なくなり、落ち着いていました。下旬になり、徐々にインフルエンザでの欠席が増えていきます。市内でも学級閉鎖の対応をしている学校もあります。特に今年は急に感染が広がるように思います。また、溶連菌感染症の感染者もでてきます。朝の健康観察をはじめ、お子さんの健康状態に留意していただければと思います。

### 緊急連絡先の変更があったら・・・

朝、元気で急に発熱したりすることもあります。そして、かなり熱が上がることも・・・  
体調が悪い時に、保護者の方と連絡が取れないとお子さんはとても不安になります。また、症状の悪化も心配です。  
緊急連絡先に変更があった際には速やかに連絡帳等でお知らせください。

## \*運動する準備 お子さんと一緒にチェックをお願いします\*

- ・体調は悪くないですか？
- ・朝ごはんは食べていますか？
- ・爪は切っていますか？
- ・髪は結んでいますか？
- ・水筒と汗拭きタオルは持っていますか？
- ・靴のサイズはあっていますか？



靴のサイズが合っていないと、けがの原因に。靴を購入する際には、次のことに気を付けてみてください。

### 立ってみて

- ・つま先に少しのゆとりがありますか？
- ・足の周りがきつかったり、ブカブカだったりしませんか？
- ・足の甲にフィットしていますか？

### 歩いてみて

- ・歩き方は自然ですか？
- ・かかととは脱げませんか？
- ・痛いところはありませんか？

骨が柔らかく変形しやすい子どもの足。試し履きをして、ピッタリの一足を選んであげてください。



## \*服装のチェック お願いします\*

日々の気温の変化も厳しく、また、1日の寒暖差も激しくなっています。朝、天候や気温で服を合わせ、脱ぎ着できる服装にしていただけるといいと思います。そして、遊んだ後など暑くなったら、一枚脱ぐようにとお子さんに声をかけていただければと思います。

また、運動会の当日はどれくらいの気温になるかはわかりませんが、お子さんの体調に応じて、防寒対策の上着を持たせていただければと思います。

