

ほけんだより

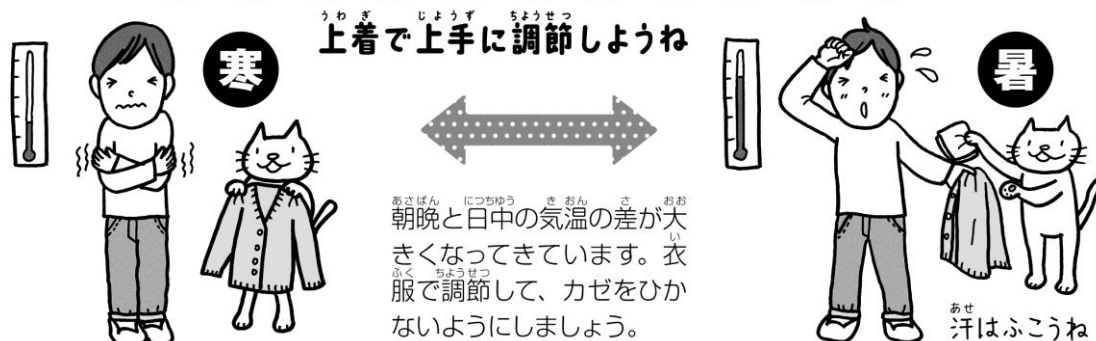
鹿嶋市立高松小学校 保健室

10月に入り、だいぶ涼しくなってきました。

秋は、「読書の秋」「芸術の秋」と言われていますが、その理由は、気候も穏やかになり、物事に集中して取り組むことができるからだそうです。みなさんはどんな「秋」にしたいですか？



季節の変わり目 気温の変化に注意



!! 手を洗った後は？

きれいに手を洗った後、こんなことをしている人を見かけます…

- ・服で手をふく。
- ・髪の毛をさわる。

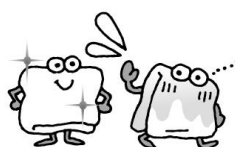
⇒せっかくきれいに洗っても、服や髪の毛の目に見えないばい菌がついてしまっは台無しです。ハンカチでふきましょう。

- ・何日も同じハンカチを使っている。

⇒ハンカチは一度使って湿ると、乾いた後もばい菌が残っている可能性があります。毎日きれいなものに交換しよう！



これからかぜやインフルエンザが流行る時季がやってきます。きれいな手で、健康にすごせるといいですね。



★就学时健康診断がありました★

10月2日（月）に、来年高松小に入学予定のお子さんの健康診断があり、5年生が、会場の準備、新入生の誘導や健康診断の補助をしてくれました。



優しく道案内をしたり検診の受け方を教えたり、上級生として立派な姿を見せてくれました。



インフルエンザ

本校ではまだインフルエンザになった人はいませんが、これから流行することが予想されます。予防接種をうつなど計画的に対策をしてください。

※今後、感染症の流行状況など、学校のホームページなどでお知らせしていきたいと思っています。お時間がありましたらご覧ください。

手足口病

9月号でもお知らせしましたが、引き続き「手足口病」が市内で流行しています。手や口に水泡や口内炎が見られた場合は病院を受診しましょう！

あなたの前髪は大丈夫？

前髪が目にかかると…



●目の表面を傷つける



●ちらちらして目がつかれる



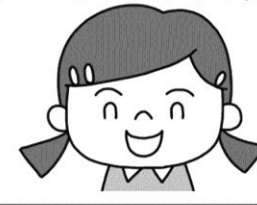
●ものもらいの原因になる



●短く切る！



●ピンでとめる！



目の健康のためにも前髪をスッキリさせよう！