

※家の人と一緒に読みましょう。



No.5

令和8年9月11日
新宿区立愛日小学校
保健室

2学期がスタートして2週間が経ちました。生活リズムを整えて、元気に過ごすことができますでしょうか。2学期は、スポーツフェスタ・展覧会と楽しい行事がたくさんありますね。校内では、週明けからインフルエンザやかぜによる欠席者が急激に増えました。こまめな手洗いや換気、咳エチケットを心掛け、栄養と睡眠を十分にとり、体調を崩さないように気を付けましょう。

9月9日は「救急の日」

けがをして保健室に来た時は、「いつ・どこで・どうしてけがをしたのか」けがをした時の情報を伝えられるようになります。また、擦り傷は傷口を水道水で洗ってくる、鼻血は下を向いて親指と人差し指で小鼻をしっかりとつまむなど自分でできる手当てに取り組みましょう。

なぜ傷口の手当てには、消毒液でなく水道水できれいに洗うことが大切かマンガで紹介します。

— 傷口に消毒液を使っていいの? —



エーイーディー AEDを知ってますか?



AED (自動体外式除細動器)とは、心臓がぶるぶるふるえて正しく動かなくなった時に、電気ショックを与えて正しい動きに戻す機械のことです。

救急車を待つ間に、その場にいる人が、少しでも早くAEDによる電気ショックや救命の手当てを行うことで、命が助かる可能性は約2倍になります。愛日小学校のAEDは、1階主事室前にあります。覚えておきましょう。

○「健康カード」の返却について(2～6年生、若竹学級)

2学期の発育測定が終了しました。「健康カード」を配布します。お子さんの「発育の記録9月」をご確認いただき、**内側ページ右側1箇所**に押印またはサインし、**担任までご提出ください**。

提出期限：9月16日(水)

↓ 右ページ押印箇所

※1年生の発育測定日は、感染症対策のため

9月17日(木)に変更します。

「健康カード」は、後日配布します。

発育の記録		児童名					
		1年	2年	3年	4年	5年	6年
4月	身長cm	.	.	.	.	.	.
	体重kg	.	.	.	.	.	.
	保護者印	印	印	印	印	印	印
8,9月	身長cm	.	.	.	.	.	.
	体重kg	.	.	.	.	.	.
	保護者印	印	印	印	印	印	印
1月	身長cm	.	.	.	.	.	.
	体重kg	.	.	.	.	.	.
	保護者印	印	印	印	印	印	印

○インフルエンザが流行しています。

全国的にインフルエンザが異例の早さで流行しています。本校でもインフルエンザ報告が多数あり、学年閉鎖や学級閉鎖をしました。手洗い、手指消毒やマスク着用を含む咳エチケットなど基本的な感染症対策にご協力ください。また、お子さんが元気に学校生活を送れるよう登校前の健康観察をお願いいたします。

○歯垢染め出し検査の感想

夏休みに、4年生対象で歯垢染め出し検査に取り組んでもらいました。
ご協力いただいた保護者の皆様、誠にありがとうございました。

児童と保護者の方の感想を一部紹介します。



<児童の感想>

- ・あまりにも赤色があったので、びっくりしました。これからは、もう少ししていねいにみがきます。
- ・歯ブラシが、歯と歯の間に入るように小さく動かして時間をかけてみがきたいです。
- ・歯と歯ぐきのさかい目、歯と歯のすきまがよごれていました。かむところが意外によごれていたの
で、すきまを細い歯ブラシでみがこうと思いました。
- ・自分は奥歯をみがくのが課題です。
- ・みがき方は鏡を見ながら確認したいと思いました。

<保護者の方のご意見ご感想>

- ・検査結果を見て、自分で気をつけるところを考えられたのが良かったと思います。歯間ブラシも使
いながらきれいな歯を保てるように続けて欲しいです。
- ・やはり思った通り磨けていない結果でした。自分でよりきれいに磨けるように日々練習が必要だと思
いました。
- ・自分のみがき残しやすいポイントを意識してみがくきっかけになれば良いと思います。今後に生か
してほしいです。
- ・仕上げみがきはまだ必要で、どこを重点的にみがけば良いかが分かりました。