

ほけんだより10月

令和8年10月1日
新宿区立落合第四小学校
校長 中里 満晴
養護教諭 有近 真帆

「読書の秋」「スポーツの秋」「食欲の秋」…。秋になり気温が少しずつ低くなり、過ごしやすく心地のよい季節となってきました。秋は新しいことをはじめたりするのにぴったりの季節です。みなさんにとっても、実り多き秋になりますように。

10月の保健行事

にっけい 日程	ないよう 内容	たいしょう 対象	じゅんび ちゅうい 準備・注意事項
10月8日(木)	りんじしかけんしん 臨時歯科検診 8:45～	4・5・6年生	あさはみが 朝の歯磨きをていねいにし てきましょう。
13日(火)	しりよくけんさ 視力検査	5・6年生	めがねをしている人は 忘れずに持ってきてましょう。
14日(水)	しりよくけんさ 視力検査	3・4・5年生	
15日(木)	しりよくけんさ 視力検査	3・4年生	
16日(金)	にっこういどうきょうしつまえ 日光移動教室前 けんこうしんだん 健康診断13:30～	6年生	けんこうかんさつ 健康観察カード
	しりよくけんさ 視力検査	1・2・3年生	めがねをしている人は 忘れずに持ってきてましょう。
19日(月)	しりよくけんさ 視力検査	1・2年生	
22日(木)	りんじしかけんしん 臨時歯科検診 8:45～	1・2・3年生	あさはみが 朝の歯磨きをていねいにし てきましょう。

※予定は変更になる場合があります。

※視力検査は、眼鏡を使用しているお子さんにつきましては眼鏡着用時の視力のみを測定しております。

※検診の結果、受診対象のお子さんには「結果のお知らせ」を配布しますので、受け取りましたら早めの受診をお願いします。なお歯科検診については全員に「結果のお知らせ」を配布します。

感染症情報

9月は、インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症、手足口病などの感染症が出ており、インフルエンザにより学級閉鎖をしたクラスもありました。気温が低くなり空気が乾燥すると、ウイルスの活動が活発になり、私たちの体も代謝や免疫の機能が低下しやすくなります。また日中と朝晩の気温差により体調を崩しやすいので、必要に応じてジャンパー等の羽織ものや下着を上手く活用して、体温調節ができると思います。家庭でも体調を整えていただき、具合が悪い時は無理をせずゆっくり休んでいただきますよう感染症予防にご協力をお願いします。

予防すべき感染症(出席停止扱い)と診断され学校を休んだ場合は、出席停止となりますので「すぐーる」でお知らせください。また発症日・出席停止期間も一緒にお知らせさせていただきますよう、よろしくお願いします。

10月の保健目標「目を大切にしよう」

10月10日が目の愛護デーなのはなぜだか知っていますか？
これは10・10を横にすると、人の顔の目と眉に見えるからだそうです。ぜひこの10月はこまめに目のストレッチを行い、毎日働き疲れている目を労り休めてリフレッシュさせましょう。



げんきアップカード ふりかえり

2学期のはじめに全校で取り組んだ「げんきアップカード」の集計をしました。下の表は、全体目標の「〇の数」が28個以上を達成できた人の割合です。5年生は、移動教室前でしっかり体調を整えられた人が多かったですね。どの学年も自分で決めためあてに向かって頑張ったことがカードから伝わってきました。これからも「早寝・早起き・朝ごはん」を続けて元気に過ごしましょう。

