



令和8年1月8日(木)
新宿区立四谷小学校

あけましておめでとうございます。

冬休みはいかがお過ごしましたか。新しい年が始まり、子供たちの元気な声が学校に戻ってきました。

寒さが厳しい時期は、かぜや胃腸炎などの感染症が流行しやすくなります。引き続き、手洗い・うがい、十分な睡眠、バランスのよい食事を心がけていきましょう。

本年もどうぞよろしくお願ひいたします。



1月の保健行事



| 日 | 曜日 | 内 容 | 対象学年 | 時 間 | 注意点 |
|----|----|-----------------|------|-------|-----------|
| 8 | 木 | 発育測定 (身長・体重) | 6年生 | 1~4校時 | ・体育着着用です。 |
| 14 | 水 | | 5年生 | | |
| 15 | 木 | | 4年生 | | |
| 16 | 金 | | 3年生 | | |
| 19 | 月 | | 2年生 | | |
| 20 | 火 | | 1年生 | | |



ポニーテールやお団子などの髪型は正しい測定ができません。低い位置か、左右に分けて結ぶようお願いします。

感染症情報

| 2月1週目(12/1~5)

- ・インフルエンザ11名

| 2月2週目(12/8~12)

- ・インフルエンザ3名・溶連菌感染症1名

| 2月3週目(12/15~19)

- ・インフルエンザ1名・溶連菌感染症3名・腸管出血性大腸菌感染症1名

| 2月4週目(12/22~25)

- ・溶連菌感染症1名

※4週目は、胃腸炎症状(嘔吐、腹痛、下痢)の欠席が多くみられました。



学校保健委員会を開催しました



12月16日(火)に、学校保健委員会を開催しました。

当日は、慶應義塾大学医学部眼科学教室 特任講師(医師)の四倉絵里沙先生をお招きし、「子どもの近視の実態と、目の健康を守るために今できること」をテーマにご講演いただきました。



講演では、近視が強くなるほど、将来、目の病気を発症するリスクが高まることや、低年齢で近視になるほど、その後強度近視に進行しやすいことを教えていただきました。そのため、できるだけ早い時期から近視を予防することが大切であるとのお話がありました。

近視予防として特に重要なのが、日常的な屋外活動であることも学びました。屋外で十分に活動することで、近視になりにくくなることが研究から分かっており、家庭や学校で意識していく点だと感じました。

また、近視の進行を抑える治療として、一般的な眼鏡だけでなく、目薬や就寝時に装着するコンタクトレンズ、近視管理用眼鏡など、さまざまな選択肢があることも紹介されました。

今後は、今回の講演内容を学校内でも共有し、子供たちの目の健康を守るための取り組みを進めてまいります。多くの保護者の皆さんにご参加いただき、ありがとうございました。