

保健だより

令和5年10月17日
佐世保市立大久保小学校 保健室
文責 三木 薫



「読書の秋」の由来は、7世紀に唐のある文学者が息子に贈った手紙で、学問の大切さと共に「燈火親しむべし」という言葉がやがて日本に伝わり、“秋の夜は灯りをともして読書をするのにふさわしい”というイメージになったといわれています。10月27日～11月9日は読書週間。秋の夜長は読書にピッタリです。でも、集中しすぎて夜ふかしして、睡眠不足になったり、かぜをひいたりしないように気をつけましょう。

佐世保市内でインフルエンザが流行しています！ 新型コロナウイルスと併せて予防しましょう！



全国的に、新型コロナウイルス感染症陽性者は減少しています。しかし、佐世保市内ではインフルエンザが流行し、学級閉鎖になっている小学校もあります。これから、学校でもご家庭でもいろいろな行事があります。インフルエンザ予防のため、手洗いうがい・マスクの着用・手指消毒など気を引き締めていきましょう。特に寒くなってくるので部屋を閉め切ってしまうがちです。密閉にならないように換気に気を付けましょう。それと、免疫力アップのため、疲れを残さないように睡眠を十分とりましょう。



保健室からおねがい！

- ・11月に2回目の視力検査を予定しています。夏休み前に視力B以下のお子さんに視力カードを渡しています。まだ、視力カードが提出されていないご家庭があります。11月までに受診される予定がないご家庭は、印鑑を押して提出をお願いします。視力低下は近視だけではなく、目の病気が潜んでいる場合もありますので、年1回は眼科受診されますようお願いいたします。
- ・夏休み中に受診し、治療済みや受診済みの用紙を出し忘れていませんか？再度お子さんに確認をお願いします。
- ・歯、口の健康診断結果のお知らせも配付しています。歯科受診が必要なお子さんで受診済みは50%です。お口の健康は体全体の健康にもつながります。歯科の受診をお願いします。10月31日に2回目の歯の検査があります。



※受診がまだ済まれていないお子さんは、状態が悪くなることもありますので、早めの受診をお願いします。