



# げんき



ほけんだより

NO. 81

H27. 1. 30

川本南小学校保健室

**今のところ南小は元気です！** でも、**流行の波はすぐそこまで！**

川本南小では、1月の感染症はインフルエンザが3名、流行性  
 耳下腺炎1名、溶連菌感染症1名でした。感染性胃腸炎については  
 1月の報告はありませんでした。現在、深谷市内小中学校でインフル  
 エンザによる学級閉鎖を実施している学校は4校出ています。南小  
 では、このまま大流行にならないように、石けん手洗い・うがい、換気、  
マスク着用などの予防に、これまで以上に力を入れていきましょう。



**みんな大きくなりました！** \* 3学期身体測定結果 \*



4月と比べると、身長では3  
 年女子、5年女子、6年男子で、  
 体重では、5年女子、6年男女の  
 成長が目立っています。

「健康カード」を返しますので、  
 おうちの人と一緒に自分の成長  
 の様子を確認しましょう。

そして、身長の伸びに対して  
 体重が増え、肥満度が上がって  
 しまった人は、自分から進んで  
 体を動かし、身長と体重のバ  
 ランスを元にもどすようにしま  
 しょう。



		身長(cm)	4月からの 増加(cm)	体重(kg)	4月からの 増加(kg)
1年	男	121.9	4.5	24.6	2.0
	女	120.2	4.2	21.8	1.5
2年	男	128.1	4.5	26.1	2.1
	女	126.0	4.7	25.2	2.4
3年	男	130.4	4.1	28.1	2.2
	女	134.3	5.1	30.3	2.9
4年	男	140.4	3.8	38.1	3.0
	女	136.5	4.6	31.4	2.6
5年	男	142.4	4.7	37.5	2.3
	女	145.4	5.3	38.3	4.0
6年	男	149.3	5.6	43.3	4.6
	女	149.7	4.6	39.6	4.2

**おうちのかたへ** \*\*\*\*\*

☆「性に関する指導」が始まります。

各学年で「性に関する指導」が始まります。ご家庭にご協力をお願いすることもありますので、よろしく願いたします。

また、お子さんから話が出たときには、ぜひ、良い機会として、あたたかい言葉をかけたり、相談ののってあげたりしていただけたら、大変うれしく思います。





**ウイルス**が大好きな子は **こんな子**です！  
あなたは**大丈夫**ですか？

南小に **いるかな**～？

夜ふし大好き



野菜は食べない



手洗いは簡単に



空気の入れかえなし



睡眠不足で  
いねむり



人ごみに  
よく行く



**よろしくおねがいます！**

朝から体調が悪く、感染症の疑いがある場合には、登校を見合わせてくださいますようお願いいたします。

**インフルエンザの出席停止期間**は

**「発症後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで」**です。

発症した日を0日とし、翌日から1日目、2日目…5日目、そして、解熱した日を0日とし、翌日から1日目、2日目と数え、両方の条件の日を経過した日となります。お間違いのないようお願いいたします。

例：2月4日（水）発症、6日（金）解熱の場合、発症後5日目が9日（月）、解熱後2日目が8日（日）です。両方の条件の日を経過した日が登校可能日となりますので、10日（火）から登校できます。



**あたたかいお茶やお湯を入れた水筒**を学校へ持って来るようにしましょう。

うがいはもちろんですが、水分補給もでき、のどや鼻の粘膜が乾いて、かぜのウイルスが体内に入りこみやすくなるのを防ぎます。水筒は、やけどをしない程度の温度にしましょう。

**2月の保健行事予定**

2日（月）学校保健委員会 13:30～

\* 委員になられている保護者の皆様、よろしくお願いいたします。

