ほけんだより

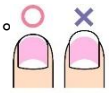
おうちの人と一緒に読んでね！
知立市立八ツ田小学校
令和8年11月号



気温差があり、体調を崩しやすい季節になりました。10月30日現在、八ツ田小ではインフルエンザや他の感染症の流行はみられませんが、愛知県ではインフルエンザ注意報が発令されており、流行が続いている状況です。手洗いや換気、生活習慣を整えて、かぜやインフルエンザを予防できるようにしましょう。

運動会を成功させるために・・・

運動会まであと1週間となりました。練習に向かうみなさんの顔が日に日に引き締まっている気がします。本番で練習の成果を発揮し、元気に過ごすことができるよう、今日から早寝・早起き・朝ごはんを意識して生活しましょう。みなさんの心に残る運動会になりますように…！

朝ごはん 必ず食べよう！ 食欲がない人も 食べられるだけ食べてね！ 	**睡眠** 早めに寝て、 疲れをとろう！ TVやゲームはほどほどに。 	**水分補給** 涼しい日が増えてきましたが、 水分補給を忘れずに！ 
爪の長さ 自分や相手をけがさせてしまうかもしれません。 短く切ろう！ 	**くつ** 足にあったくつをはいているかな？ くつひもも確認してね！ 	**赤白帽** ゴムが切れたりびよーんとのびたりしていないかな？ 
準備運動 けが予防のため、 準備体操は しっかりしよう！ 	**衣類の調節** 暑さや寒さの調節のために羽織るものがあると安心です。 	**がんばる気持ち** 最後まであきらめず、みんなで協力して最高の運動会にしよう！ 

教育実習生より



3週間短い間でしたが、ありがとうございました。八ツ田小学校のみんなとたくさん話したり遊んだりできて楽しかったです。これからも楽しい学校生活を送ってくださいね。（4の1配属実習生）





3週間みんなと楽しく遊んだり話したりすることができて、とても楽しかったです。目の健康のお話では、静かに聞いてくれてうれしかったです。これからも元気に楽しく学校生活を送ってくださいね。短い間でしたが、ありがとうございました。（5の1配属実習生）

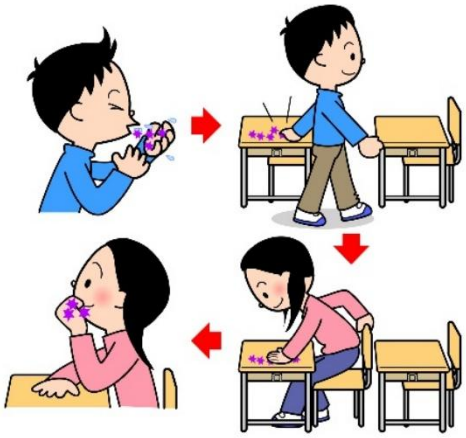
ハンカチチェック週間について

保健委員会の活動で、「ハンカチを持っておらず、服で手をふいている子が多い」という意見が多くでました。かぜやインフルエンザの予防には手洗いがとても大切です。ですが、せっかく手を洗ったのに、服でふいてしまうと洗った意味がなくなってしまいます。毎日清潔なハンカチを持ってくるようにし、手を洗ったあとは、きれいなハンカチで手をふいてくださいね！

期間
第１回目　１１月１６日（月）～１１月２０日（金）
第２回目　１１月３０日（月）～１２月　４日（月）
やり方は後日、保健委員の児童が放送等でお知らせします。



インフルエンザはどうやってうつるの…？



インフルエンザは主に**接触感染**と**飛沫感染**でうつります。
接触感染とは、ウイルスがついた手や物をさわって、その手で鼻や口をさわることでウイルスが体の中に入ってしまうことをいいます。接触感染を防ぐには**手洗いがとっても大事**！
見た目は汚れていないように見えても、
★外から帰ってきたあと
★給食の前
★トイレのあと
★咳やくしゃみを手でおさえたあと　など、
しっかり手洗いをしてくださいね。
手洗いのあとは**きれいなハンカチで手をふくこと**も忘れずに！

保護者の方へ



感染症にかかったら･･･
学校感染症に定められた疾病にかかった場合は出校許可証明書が必要です。
●インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症　➡　保護者が記入する
●その他の感染症　➡　医療機関で記入してもらう
用紙は八ツ田小 HP に掲載されています。不明な点がありましたら、養護教諭へお知らせください。

緊急連絡先の確認
学校で体調を崩すお子さんが増える時期です。発熱がある場合や休養後も回復しない場合は、緊急連絡先に連絡させていただきます。緊急連絡先に変更がある場合は担任へご連絡ください。

ハンカチチェックについて
上記のようにハンカチチェックを行います。毎日、清潔なハンカチを持っていくよう、お子さんに声かけしていただけるとありがたいです。また、期間外も忘れずに持ってくるようよろしくお願いいたします。