

# ほけんだより



令和4年3月24日 石巻市立蛇田小学校 保健室発行

明日から春休みです。今年度も1年間、感染対策や保健関係においてご協力いただき、ありがとうございました。春休み中も、お子さんの健康管理をお願いします。

## 今年度の保健室利用について



今年度（3月23日現在）、けがをして保健室を利用した児童は3,095人、具合が悪い等で保健室を利用した児童は1,588人でした。

一番多かったけがは打撲、一番多かった内科症状は頭痛でした。

年間を通して、生活習慣の乱れから具合が悪くなったり、少し気を付ければ防げたかもしれないけがをしたりする児童が多かったです。

春休み中も、お子さんの病気やけがに気を付けて過ごせるようお声掛けください。

## 春休み中の過ごし方

### 1. 規則正しい生活をさせてください。

春休みは14日間ととても短く、あっという間に新学期が始まります。お子さんがよいスタートを切ることができるように、生活習慣の乱れにご注意ください。

特に、寝る時間が遅くなり、翌朝も起きられないということがないように、ご家庭での声掛けをお願いします。

### 2. 体の悪いところを治しておきましょう。

4月から健康診断が始まります。お子さんの体のことで気になることがある場合は、春休みの間に病院受診されることをお勧めします。

### 3. 引き続き感染対策をお願いします。

春休み中、外出の機会も増えると思いますので、こまめな手洗いや換気、不織布マスクの着用など、基本的な感染対策の徹底をお願いします。

また、春休み中に風邪症状が見られた際は、病院を受診していただき、PCR検査等を受ける場合には、必ず学校へ報告をお願いします。