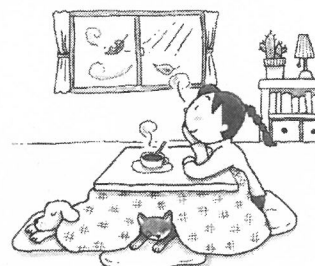


城北小学校
令和5年11月

小春日和と聞くと、春のここのように感じますが、冬のはじめ、ちょうど11月ごろのおだやかな天気を意味します。「小春日和は最も忘れがたい、最も心地のよいとき」と表した小説家もいるほどです。寒さの本番を迎える前、気持ちのいい天気の日、みなさんは何をして過ごしますか？



2学期体位測定・視力検査終了しました

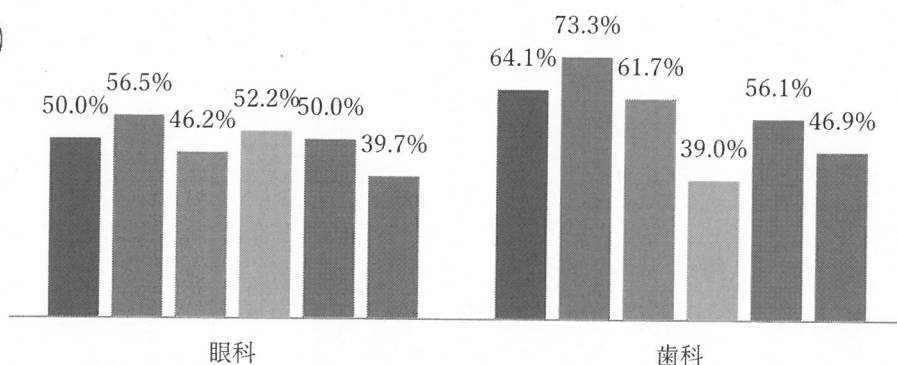
10月11日、12日、13日に2学期体位測定・視力検査を実施しました。結果のお知らせを配布しました。視力検査の結果で改めて治療票は配布しませんのでご家庭で必要に応じて医療機関の受診を検討していただければと思います。

また、健康診断から半年が経ちました。受診は済んでいますか？まだ受診をしていない人は早めに受診をお願いします。受診率100%を目指しています。



受診状況

■ 1年 ■ 2年 ■ 3年 ■ 4年 ■ 5年 ■ 6年



きょうは
何の日？

記念日で見ると

11月

1日 点字の日

日本語の点字が誕生したのは、1890年。

1日 いい姿勢の日

正しい姿勢で勉強すると集中力アップ！

8日 いい歯の日

「受診のお知らせ」をもらった人は、早めに歯医者さんへ。



9日 換気の日

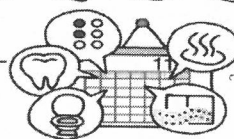
2カ所を開けて、空気の通り道を作りましょう。

19日 世界トイレの日

みんなが気持ちよく使うために、できることは？

26日 いい風呂の日

ぬるめのお湯でリラックス。



▲ インフルエンザが急増しています ▲

インフルエンザは例年 12 月頃から流行し始めますが、今年度は 9 月の時点で流行入りとなり、過去 5 年間の同時期と比較してかなり多い状況だそうです。城北小でも 10 月下旬からインフルエンザが急増しています。

インフルエンザは一般的に「発症した後 5 日を経過」かつ「解熱後 2 日」は出席停止扱いです。最低「発症した後 5 日を経過」するまで出席停止となります。下の表を参考にしてください。

インフルエンザにかかったら

	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
登校 できません	発症	発症	解熱	1日目	2日目	3日目	登校OK	
小学生以上では、「発症したあと5日を経過し、かつ、解熱したあと2日を経過するまで」出席停止です。	発症	発症	解熱	1日目	2日目	3日目	登校OK	
	発症	発症	解熱	1日目	2日目	3日目	登校OK	

石けんを使った流水での手洗いは効果的な予防法とされています。
引き続き感染症対策のご協力をお願いします。

おさらい！手洗いが必要なタイミングは？



「脳脊髄液減少症」知っていますか？

交通事故やスポーツ、転倒など比較的軽微な衝撃を受けた事などが原因で、脊髄硬膜から脳脊髄液が漏れ、脳脊髄液が減少してしまう病気です。

起立性頭痛、頸部痛、めまい、倦怠、不眠、記憶障害などの症状が現れます。当初は成人で多く見られましたが、最近では学校生活内での外傷等が原因で子どもの発症例が多くなってきています。一般的な検査では異常が見つかりにくいです。専門医療機関の情報は栃木県のホームページで公開されています。

♡ 人権教育コーナー ♡

2 学期が始まって 1 か月が経ちました。保健室にきて元気に挨拶をしてくれたり、学校であった出来事を話したりしてくれる児童が増えて嬉しいです。これから冬が近づき、感染症も心配されますが、予防をしっかりとって健康で楽しい学校生活を送ってほしいと思います。