

ほけんだより

松戸市立馬橋小学校

保健室 NO.11 3月号 令和5年2月28日 家庭数配付

「雪が解けると何になりますか？」という問いかけがあります。正解は「水になる」・・・それも一つの正解ですが、もう一つ答えがあります。それは、「春になる」。雪が解け動物や植物がいっせいに動き出す時期が来ました。4月から新しいスタートが切れるように今から準備を始めましょう。

▽▽インフルエンザ・新型コロナ同時流行中▽▽

市内でも、インフルエンザや新型コロナ、そして感染性胃腸炎による学級閉鎖・学年閉鎖が出ています

少しでも本人の体調がよくない場合は登校できない今の状況です。同居人の体調がよくない場合はレベル2なので登校を控えていただくと助かります。また、朝元気で登校しても体調が悪くなってしまったら、すぐ早退をお願いします。ご理解をお願いします。

♡♡♡アタマジラミに気をつけよう♡♡♡

もうすぐ春です。時々、お子さんの頭髪をチェックしてみてくださいようお願いします。

《アタマジラミの調べ方》

十分に洗髪してから見る。成虫は見つけにくいですが、卵は見つけやすく、髪の毛の生え際（えり足、耳の後ろ、ひたい）や根元に近い所にある。

《日常生活の注意点》

1. 頭髪は短くし、いつも清潔に。
2. 2日に1回位は洗髪し、指の腹で頭皮もよく洗う。（低学年のお子さんは、家族の方がよく洗ってあげてください。耳の後ろや生え際の部分が汚れやすい所です。）
3. 毎日、髪の毛をくし、ブラシでよくとかす。くしやブラシも清潔に。タオルやブラシ、帽子のかしかりはやめる。
4. シーツ、枕カバーをこまめにかえる。

5. いつも清潔な下着を！

《アタマジラミの駆除》

1. 薬局で薬（スミスリンパウダー、シャンプータイプもある）を購入して駆除してください。医師、薬局にご相談ください。
2. 髪についての卵のからは一つ一つ爪で取り除いてください。

3月3日は 耳の日

ヘッドホン・イヤホンも使うときは

音量に注意！

時間に注意！

まわりの会話が聞こえるくらいを目安に

連続して聞かず、こまめに休憩を



その声

まわりの人は…？

小さな声でおしゃべり

30～40db

大きな声を出す

70～80db



静かなつもり

集中できない



楽しい

びっくりする

※db=音の強さ

まわりの状況に合わせた“音のマナー”を大切に！

治療はお済みでしょうか？

もうすぐ春休みです。内科、眼科、耳鼻科、歯科、視力、聴力など、治療が必要な場合は勧告用紙をご家庭にお渡ししてありますが、病院に行かれましたでしょうか。まだでしたら、できるだけ早く治療の計画を立ててくださいようお勧めします。

「定期健康診断の結果(健康カード)」を配付しますので健康状態を確認してください。受診済は反映されませんのでご承知おきください。

酉己付日：3月24日(金)

※6年生は、3月15日(水)

今年度も1年間、たくさんのご協力をありがとうございました。 養護教諭 大島 貴久子