



新緑の若葉が目にもぶしい季節となりました。どんどん緑を深めていく校庭の木々に力強いパワーを感じます。その姿が新しい環境の中で頑張っている子供たちと重なります。

頑張っている子供たちがいる一方で、例年、このころから「だるい。」「気持ちが悪い。」「頭が痛い。」などの症状を訴えて来室する子が増えてきます。なかには、新しいクラスや友達との関わり、行事の連続で緊張する日々が続き、少し疲れてしまったかなという子も見られます。

心と体は一体です。心が疲れたら、まずは体を休めることが大切です。ある程度の疲れは、睡眠で取り除くことができます。その日の疲れをその日に取り除いていくために、毎日の生活リズムを見つめ直しましょう。

連休明けから、スポーツフェスティバルの練習も本格的に始まりました。疲れを上手にとれるように工夫し、元気に過ごせるように、御家庭でも頑張る子供たちの姿を見守っていただけますよう、どうぞよろしくお願いいたします。

心と体は一体です
こころ つか 心が疲れたら、からだ やす まずは体を休めてみよう



学校感染症について

下記の感染症は、集団で生活する学校で爆発的に拡大する恐れがあり、学校保健安全法施行規則でその取扱いが定められています。もし感染症にかかった場合は、必ず学校にお知らせください。登校する際には、医師の判断のもと「登校許可証明書」が必要です。(学校ホームページからダウンロードできます。)

感染症の種類	出席定期の期間
インフルエンザ	発症後5日を経過し、かつ解熱した後2日(幼児では3日)まで
百日咳	特有の咳が消失するまで。または、5日間の適正な抗菌物質製剤による治療が終了するまで
麻疹(はしか)	解熱した後3日を経過するまで。
流行性耳下腺炎 (おたふく風邪)	耳下腺、顎下腺または舌下腺の膨脹が出現した後5日を経過し、かつ全身症状が良好になるまで。
風しん (三日ばしか)	発疹が消失するまで。
水痘(水ぼうそう)	すべての発疹が痂皮化するまで。
咽頭結膜熱 (プール熱)	主症状が消退した後、2日を経過するまで。
結核・髄膜炎菌性髄膜炎	医師により感染の恐れがないと認められるまで。
流行性角結膜炎・急性出血性角結膜炎	
その他の感染症(腸管出血性大腸菌感染症・コレラ・赤痢・腸チフス・パラチフスなど)	

健康診断のお知らせについて



定期健康診断に当たり、保健に関する調査用紙の御提出に御協力いただきありがとうございました。6月まで定期健康診断は続きます。各検診が終わり、病気や異常の疑いがあった場合には、御家庭にお知らせをお渡ししています。既に受診済みや、経過観察中の場合は、その旨を保護者の方が記入し学校に提出してください。なお、学校での健康診断はスクリーニングですので、必ずしも病気や異常があるということではありません。健康診断で異常が見られなかった場合は、すべての健康診断が終了し、データの整理が終わった時点で「健康手帳」にてお知らせします。

何か心配なことがありましたら、いつでも御相談ください。

アタマジラミについて



これからの季節は、アタマジラミが流行しやすい時期です。シラミというと戦後の一時期に蔓延したコロモシラミのイメージから不潔と取られがちですが、現在の日本では不潔が原因で寄生していることはほとんどありません。差別やいじめにつながるような、正しい知識で対応してください。お子様が頭（特に耳の後ろ）をかゆがった場合は、頭をよくみてください。髪の毛に、爪でしごかないと取れない白いものがついていたら、シラミの卵かもしれません。アタマジラミが見つかったときは、皮膚科・小児科などで駆除の方法を相談してください。また、アタマジラミは出席停止にはなりません。学校へ報告の必要があります。連絡をお願いいたします。

【募集】 歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール

調布市歯科医師会では、「6月4～10日の歯と口の健康週間」にちなみ、毎年「歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール並びに標語コンクール」の作品を募集しています。参加する方は、保健室に詳しいチラシと応募用の画用紙がありますので、お声がけください。

【募集作品内容】

- ・ポスター：画用紙の大きさ B3（364mm×515mm）
- ・ポスターに標語を入れる場合は「虫歯」「ムシ歯」ではなく、ひらがなで「むし歯」と書く。
- ・アニメキャラクターや固有名詞（企業名や個人名等）を使用しない。

締切 令和4年6月20日（月）

