

ほげんだより

あいかわちょうりつなかつしょうがっこう
愛川町立中津小学校
保健室
令和4年10月26日

第5号

朝晩と昼間の寒暖差が大きく、体調を崩す児童が増え始めました。体温調節ができる服装を心がけるよう、ご家庭でも声かけをお願いいたします。

今年はインフルエンザと新型コロナウイルスの同時流行が懸念されます。どちらも感染対策は同じですので、基本の換気や手洗いうがいを徹底しましょう。お子様の体調の異変を感じたら学校にご連絡ください。

続けよう手洗い習慣



冬季における効率的な換気

窓開けによる換気は、対角線上にあるドアや窓を2か所開放すると効果的な換気ができます。また、窓が1つしかない場合は、部屋のドアを開けて、扇風機などを窓の外に向けて設置しましょう。

冬季における換気の留意点 (厚生労働省HPより)

- 窓開けを行うと、一時的に室内温度が低くなってしまいます。暖房器具を使用しながら、換気を行ってください。
- 短時間に窓を全開にするよりも、一方の窓を少しだけ開けて常時換気を確保する方が、室温変化を抑えられます。この場合でも、暖房によって室内・室外の温度差が維持できれば、十分な換気量を得られます。
- 人がいない部屋の窓を開け、廊下を経由して、少し暖まった状態の新鮮な空気を人のいる部屋に取り入れることも、室温を維持するために有効です。

11月8日はいい歯の日です！

保健室廊下に、いい歯の日に合わせて、歯に関するクイズを掲示しました。全問正解する児童もいれば、「初めて知った！」と驚く児童もいました。マスク生活で自分の口腔衛生に関心が薄れやすい現代ですので、お子様の歯みがきの様子や普段のお手入れを観察し、適切な指導をご家庭でもお願いいたします。

古い歯ブラシを使い続けると...

