

「わたしの健康カード」を配布しました！

本日「わたしの健康カード」（黄色）を配布しました。10月の身長、体重、肥満度、視力(対象者のみ)を確認の上、表紙にハンコ又はサインをし、**11/5(金)までに** 提出をお願いします。

1～3年生には成長曲線、4～6年生には身長と体重の伸びを記入する欄があります。ぜひ親子で一緒に作業をし、お子さんの成長をご確認ください。

また、10月の視力検査の結果、B以下のお子さんには、10/14付で眼科受診のお知らせを配布しています。



インフルエンザの予防接種について

感染症対策はずっとしているし、昨年度はインフルエンザが流行しなかったため、今年は必要無いかと、迷っているご家庭も多いのではないのでしょうか。

Q.なぜ昨年はインフルエンザが流行しなかったのか

A.日本感染症学会の見解では、

コロナ対策として行った、手指消毒やマスク、3密回避、国際的な人の移動の制限が、「インフルエンザの予防にも効果的であった」ことを、可能性の一つとして挙げています。

しかし、昨シーズンの罹患者が極めて少数だったため、社会全体の集団免疫ができていないと考えられています。

実際に昨年は、子供がかかる「RSウイルス」が極端に少なかったのに対し、今夏は感染が急増しました。インフルエンザについても同様の現象が発生するリスクがあるとされています。

人の移動が増えれば、インフルエンザが流行する可能性が十分にあるため、免疫を高める、

インフルエンザワクチンが有効とされています。

- 12歳以下は2～4週間の間隔を空け、2回の接種。

- 接種後、効果が出るまでに約2週間かかり、約5ヶ月持続。11月中に2回接種を終えるのが理想的です。



【6年生の留意点】

★日本ではコロナワクチンとその他のワクチンとは、互いに2週間以上の間隔を空けて接種することが必要です。

※コロナワクチンは、3週間の間隔を空けて2回接種しますが、その間は、それ以外のワクチン接種を行わず、連続して2回接種するようにしてください。

★二種混合ワクチン(ジフテリア、破傷風)を公費(無料)で受けられる期間が重なっていますので、こちらも計画的な接種をお願いします。

服装で
体温調節を！

寒さが厳しくなってきました。最近、体調不良を訴えて来室する児童の中には、半袖短パンだったり、体温が低かったりする(36度未満)子もいます。体が冷えると、免疫力が低下し、風邪を引きやすくなります。

今年の冬も感染症対策のため、換気をしながらの学校生活になりますので、

服装を見直す・湯船に浸かる

などの寒さ対策をご家庭でも

していただくよう、お願いします。



6年生の修学旅行のために

1～5年生ができること…

新型コロナにより延期されていた修学旅行でしたが、11/11(木)～13(土)の2泊3日、津軽方面に出かけることになりました。

無事成功させるためには、全校一丸となって、引き続き感染症対策を行っていきましょう。

<今後も実施していくことの確認です>

★家庭における毎朝の検温と健康観察

★本人及びご家族に風邪症状のある場合は登校を控え、家庭で休養する。

(家族風邪症状で受診済みの場合は登校可)

★こまめな手洗い・マスク着用

家庭における健康観察表（十和田市立三本木小学校） 11月

年 組 番 氏名

1. 毎朝、体温を測って記録してください。
2. このカードは、提出を求めることがあります。1ヶ月間は保管をお願いします。
3. 風邪症状（発熱・頭痛・倦怠感・食欲不振・鼻水・鼻づまり・のどの痛み・咳やくしゃみ）がある場合は出席停止です。
 ※①アレルギーなどが原因で症状が出ている場合②受診して医師から登校してもよいと言われている場合は登校してもかまいませんが、連絡帳等でお知らせください。
 ※発熱・咳・だるさ等の症状がある場合は、電話相談のうえ、かかりつけ医を受診してください。

月日	曜日	朝の体温 (℃)	健康状態	
			○か×	症状 及び 病院や保健所での指示など
例	例	36.4	×	鼻水が出ているので、受診したところアレルギーと言われた。
例	例	36.5	○	
11/1	月			
11/2	火			
11/3	水			
11/4	木			
11/5	金			
11/6	土			
11/7	日			
11/8	月			
11/9	火			
11/10	水			
11/11	木			
11/12	金			
11/13	土			
11/14	日			
11/15	月			
11/16	火			
11/17	水			
11/18	木			
11/19	金			
11/20	土			
11/21	日			
11/22	月			
11/23	火			
11/24	水			
11/25	木			
11/26	金			
11/27	土			
11/28	日			
11/29	月			
11/30	火			