

ほけんだより



令和6年2月29日
横浜市立帷子小学校
養護教諭 岡本 睦

暖かくなったり、また寒くなったり、気候の安定しない日が続いていますね。帷子小学校でも、欠席者の多い日が続いています。先週からは、「目がかゆい〜」「鼻水がとまらない〜」と花粉症の症状を訴えるお子さんも増え始めました。体調管理の難しい時期を、子どもたちが頑張って乗り越えてくれることを願っています！

インフルエンザ B 型 はやっています！

週ごとの 新規感染者数



1月中旬までインフルエンザ A 型が流行していましたが、2月になって急に B 型がはやり始めました。毎年変異を繰り返す A 型と違って、B 型は、あまりウイルスの型が変わらないと言われています。そのため、一度かかると、数年は、かかりにくくなるそうです。そのせいか、B 型がこのように流行することはあまりありませんでした。コロナ渦で、しばらくインフルエンザが出ていなかったため、B 型の免疫を持っていないお子さんが多いのかもしれませんが、今後さらに流行する可能性もあります。保護者の皆様も、お気を付けください！

飲み物で花粉症対策！



くしゃみや鼻水などがつらい花粉症ですが、毎日の飲み物を変えることで症状を緩和できるかもしれません。

花粉症に
おすすめの飲み物

- 緑茶** カテキンは、アレルギー反応や症状の原因となる細胞の活性化などを抑えます。
- ハーブティー** ハーブは花粉症の原因物質の放出を防ぎます。
- コーヒー** カフェインには抗アレルギー作用があります。
- ヨーグルト飲料** 乳酸菌が腸内の環境を整え、免疫機能も向上し、花粉症の症状も軽減します。



花粉をつけない、持ち込まないなどの対策にプラスして取り入れてみてもいいですね



学級閉鎖中の タブレット持ち帰りを始めました



先日、学級閉鎖を行いました。その際、タブレットを持ち帰りました。まだまだ試行段階ですが、健康観察や課題の提出、児童とのやりとりなど、活用方法の一部をご紹介します！

対象日	時間	名前	出欠	体温	理由
02/21	08:48	児童の名前が表示されています		36.7℃	その他 鼻づまり
02/21	08:38		36.7℃	異常なし	
02/21	08:37		36.6℃	その他	
02/21	08:37		36.1℃	異常なし	今日も、元気です。
02/21	08:37		36.9℃	インフルエンザB型	せきが出る。
02/21	08:36		36.4℃	異常なし	
02/21	08:30		36.5℃	異常なし	
02/21	08:25		35.8℃	異常なし	元気です😊
02/21	08:25		35.8℃	異常なし	元気です😊
02/21	08:04		36.5℃	異常なし	
02/21	07:52		35.9℃	異常なし	

体温と体調を、毎日入力してもらいました。教師側の画面は、このようになっています。児童の様子が一覧で確認でき、感染症の動向が、よくわかります。



音読を録音したものや、ノートに解いた算数の問題を送っていただきました。お休み中も、学習の様子や進度が確認できました。

担任の先生からの、メッセージも送れます！

おはようございます。
今日は、さむいけれど、みんな元気ですか？高橋先生は元気です。
ありの行列の音読、みんなの聞くのが楽しいです。
何かあったら、電話でもロイロでもいいので、お知らせください。



子どもたちに、お気に入りのぬいぐるみやおもちゃの写真を送っていただきました。メッセージやエピソードを添えてくれる子もいて、とてもかわいらしかったです。おうちでこんな風に過ごしているんだな、元気そうだな、ということもわかり、こちらも安心できました。今後、もっと活用していきたいです。



※写真は、プライバシー保護のため加工しています