

ほけんだより 5月

令和8年4月30日
横浜市立平沼小学校
校長 寺岡 徹
養護教諭 山本 智美

新年度が始まって1か月がたち、子どもたちも新しい環境に少しずつ慣れてきた頃かと思います。毎日がんばる中で、知らず知らずのうちに疲れがたまりやすい時期でもあります。

ご家庭でもお子さんの様子をあたたかく見守っていただき、生活リズムを整えながら、元気に5月を過ごしていければと思います。なにか気になることがありましたら、ぜひ学校にもご連絡ください。



感染症情報

・手足口病…1件

※横浜市内では「麻しん(はしか)」の報告もあります。

※集団感染防止のため、感染症の診断がありましたら、学校へもご報告をお願いします。

学校での 外用薬の使用 について



保健室では、擦り傷や虫さされ、打撲などがあった場合も、まずは洗う・冷やす・清潔に保つなどの対応を行い、薬の使用は少量での応急的な対応としています。お子さんの皮膚の状態は一人ひとり違います。そのため、できるだけ薬を使わないことを基本としています。

<平沼小の保健室で使用する可能性のある外用薬>

手指消毒用エタノール、白色ワセリン、マキロンS(第一三共ヘルスケア)オロナインH軟膏(大塚製薬)、ムヒS(池田模範堂)、熱さまシート(小林製薬)、ピノクールT水性型湿布材(大橋薬品工業)、新レスタミンコーワ軟膏(興和)、薬用虫よけミストAY(ジェクス)



※いずれも継続して使うことはなく、その日の応急処置のみです。

上記の薬について、心配がある場合は事前にお知らせください。気になることがありましたら、保健室までご連絡ください。

※外用薬ではありませんが、脱水の際には「経口補水液 OS-1(大塚製薬)」を与える可能性もあります。

5月の保健目標

せいかつ
生活リズムをととのえよう



朝の生活リズムが元気のカギ!

あさ せいかつ げんき
朝のちょっとした習慣が、体と心のリズムを整えます。朝の過ごし方を見直してみましょう。



おききたらまず、窓を開けて朝日を浴びる。



やすみの日でも毎日、決まった時間に起きる。



朝食を食べて、脳のエネルギーもチャージ。



決まった時間にトイレに行き排便習慣を。

緊急連絡先についてのお願い

学校でお子さんの体調不良やけが等があった際、緊急連絡先にお電話をしておりますが、つながらないことがあり、対応に時間がかかってしまうことがあります。

つきましては、日中必ず電話に出られる番号または 職場の電話番号など、確実につながる番号を緊急連絡先としてご登録いただきますようお願いいたします。連絡先に変更があった場合は、速やかに学校までお知らせください。お子さまの安全確保のため、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

