ほけんだより 10月

令和８年１０月１日
潮来市立日の出小学校
保健室　NO.6

雨の多い日が続いていましたが、晴れた日中は秋のおとずれを感じるようになってきました。日中は過ごしやすくても、朝晩は冷え込んできます。かぜをひかないよう、気温に合わせて脱ぎ着したり、汗をかいたら着がえをしたりするように声掛けをお願いします。

10月の保健目標　目を大切にしよう
10月の安全目標　交通の決まりを守ろう

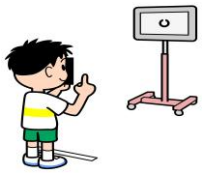
お知らせ

視力再検査を実施します

○４月の視力検査がＢ以下の児童を対象に視力再検査を実施します。（眼科受診済み者を除く）
対象者でメガネを使用している場合には、検査日に持ってくるようにしてください。また、希望があれば検査を受けることができますので、その際は、担任までご連絡ください。
再検査の結果がＢ以下の場合には、眼科を受診することをお勧めします。

○色覚検査は健康診断の必須項目ではありませんが、必要に応じて実施することができます。検査を希望される場合には担任を通してご連絡ください。

今月の保健行事

清潔検査	13日(火)～16日(金) ＊ハンカチがない人が多いです。毎日持ってくるようにしてください。
視力再検査	業間休み、昼休みを利用して実施します。 

インフルエンザが流行しています！

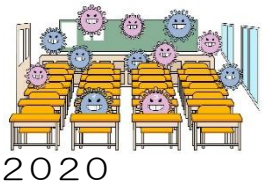
茨城県では 2026 年第 34 週（８月 17 日～８月 23 日）からインフルエンザが流行入りしています。潮来保健所管内でも、インフルエンザの感染者増加に伴い、９月中に学級閉鎖の措置を講じる学校がありました。日の出小でもインフルエンザ感染が確認されています。

「インフルエンザ」の感染経路は、「飛沫感染」と「接触感染」です。感染対策には、「手洗い等の手指衛生」、「マスク着用等の咳エチケット」、「室内のこまめな換気」、「ドアノブ・手すりなど手の触れるところのアルコール等による環境消毒」が有効ですので、感染拡大防止のために、感染対策の徹底をお願いします。

急に高熱が出た時など、感染が疑われる場合には、念のため病院を受診するようにしましょう。病院で診断を受けた場合には、出席停止になります。

病院でインフルエンザと診断されましたら電話か tomoLinks にてすぐに学校に連絡してください。

日の出小学校　☎０２９９―６６―２０２０



10月10日は目の愛護デー

夏休み中の「すこやか会議」では、近視予防をテーマに家庭内でのルールづくりと実践にご協力いただき、誠にありがとうございました。

デジタル機器を使う機会が増える中、ご家庭で目を大切にする意識を高めていただいたことに感謝申し上げます。今後も学校と家庭で連携し、子どもたちの目の健康を守っていきましょう。