

ほけんだより/10月

埼玉県立久喜特別支援学校ほけんしつ 2020.10.1

秋らしい気候になってきました。日中は暑くても朝晩は涼しくなり、1日の中でも気温の差が大きい時期です。

これから冬にかけて様々な感染症が流行してきます。感染症対策については日頃より保護者の皆さまにもご協力いただきありがとうございます。引き続き感染症予防、ご家庭での朝の健康観察もお願いします。



年度当初に提出していただいた保健調査票の緊急連絡先に変更があった場合はお知らせください。必ずご連絡のとれる連絡先をご記入してください。

10月10日は目の愛護デー **目を大切に**

<p><input type="checkbox"/> 前髪が目にかからないようにしよう</p>	<p><input type="checkbox"/> 読書や勉強、ゲームのときは部屋を明るく</p>	<p><input type="checkbox"/> メディア機器を長時間使わない</p>	<p><input type="checkbox"/> 目をこすらないようにしよう</p>
--	---	--	---

© 少年写真新聞社 2020

目にいいもの・わるいもの

<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> 青魚・しじみ <input checked="" type="checkbox"/> 緑黄色野菜 <input checked="" type="checkbox"/> ぐっすり寝る <input checked="" type="checkbox"/> 運動する 	<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> パソコン・テレビ・スマホ <input checked="" type="checkbox"/> 姿勢が悪い <input checked="" type="checkbox"/> 甘いお菓子ばかり食べている <input checked="" type="checkbox"/> 暗すぎる／明るすぎる場所で本を読む
---	---



新型コロナの流行で予防接種を受けそびれました。どうすればいい？

- 受けそびれてしまった場合は、できるだけ早く受けましょう。
- 新型コロナウイルス感染症の流行後に、外出自粛要請などの影響で予防接種を受けられなかった場合には、地域の事情に応じ、規定の接種期間を過ぎても接種できる場合があります。お住まいの市区町村にお問い合わせください。
- 子どもの予防接種は、決して「不要不急」ではありません。まだ接種期間内の方は、お早めに接種をおすすめください。

ご不明の点は、かかりつけ医や、お住まいの市区町村にご相談ください

～もっと詳しく知りたい方へ～

予防接種スケジュール（国立感染症研究所）

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/component/content/article/320-infectious-diseases/vaccine/2525-v-schedule.html>

日本小児科学会が推奨する予防接種スケジュール

http://www.jpeds.or.jp/modules/activity/index.php?content_id=138

小さなお子さまがいらっしゃるみなさまに向けて、各分野の専門家からのメッセージを掲載しています。

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_10996.html

＊(参考)厚生労働省ホームページより

精神科医健康相談

学校精神科医（すずのき病院 島村先生）の健康相談を予定しています。ご希望がありましたら、連絡帳等で担任までお知らせください。日程等を調整いたします。

