

保健だより



令和5年 10月2日

大田区立新宿小学校

記録的な暑さもやっと和らぎ、朝晩は秋らしく冷え込む季節となりました。ここ一週間ほどで急に冷え込むようになったせいか、体調を崩している児童が目立つようになりました。区内では、季節外れのインフルエンザが大流行しているようです。

10月は「早寝・早起き・朝ごはん月間」です。本校は13日(金)～17日(火)に、チェックシートを用いて生活習慣を確認します。免疫力を高めるためにも、日頃から規則正しい生活ができるよう、御協力をよろしくお願いいたします。



10月保健行事予定

日	項目	備考
26日(木)	学校保健委員会	感染症拡大防止の観点から、 <u>今年度も一堂に集まっての開催は中止</u> させていただきます。御予定いただいておりました皆様には大変御迷惑をおかけいたしますが、御理解のほどよろしくお願いいたします。

咳エチケット、できていますか？

最近、子どもたちの様子を見ていて気になることがあります。それは、ハンカチ等で口元を覆うことなく咳やくしゃみを平気でしていることです。

私が通勤で利用する電車内でも、同じような大人の姿を見かけます。なんとも言えない気持ちになります。それと同時に、新宿の子どもたちには、そのような大人になってほしくないと思うのです。

咳エチケットとは？

インフルエンザをはじめとして、咳やくしゃみの飛沫により感染する感染症は数多くあります。「咳エチケット」は、これらの感染症を他人に感染させないために、個人が咳・くしゃみをする際に、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖を使って、口や鼻をおさえることです。特に電車や職場、学校など人が集まるところで実践することが重要です。

(厚生労働省 HP より引用)

右図のように、咳やくしゃみをするると遠くまで飛沫が届きます。人が集まる場では、お互いに気持ちよく過ごせるよう「咳エチケット」を身に付けることが最低限のマナーだと考えています。

学校でも都度指導をしていきますが、御家庭でも咳エチケットについて話題にさせていただけますと幸いです。

