



令和6年2月29日  
西東京市立住吉小学校  
校長 小林 宏  
養護教諭 平松 真理

2月の下旬頃は毎日の寒暖差が大きく、4月のように暖かい日もあれば、真冬のような寒さを感じる日もありました。日々の寒暖差が大きいと、体が疲れやすくなり、感染症にかかりやすくなることがあります。あと1か月で今年度も終わります。最後まで元気に学級で過ごせるように、手洗い、換気、咳エチケット、生活習慣を整えるなど自分でできる感染症対策を行いましょう。

### 学校生活管理指導表に関するお知らせ

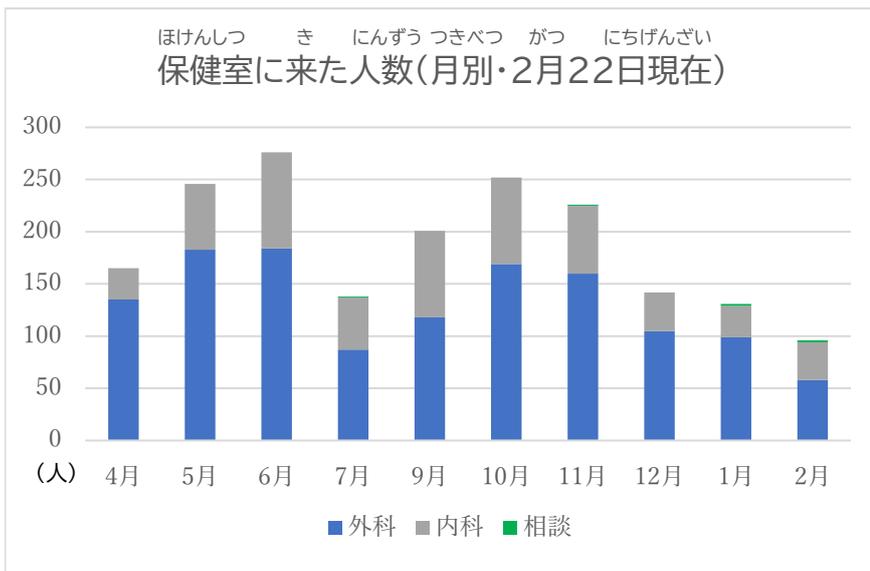
学校生活を安心、安全にお送りいただくために、運動領域等（特に水泳指導）について配慮が必要なお子様は、「学校生活管理指導表」（有料で医師に記入してもらい書類です。）の提出をお願いいたします。来年度の学校生活で特別な配慮が必要な場合は、お申し出ください。学校生活管理指導表をお渡します。

学校生活管理指導表は原則、毎年提出をお願いしています。今年度以前に提出した場合も、来年度学校生活において配慮が必要な場合は提出してください。

健康で安全な生活ができるよう対応していきたいと思っておりますので、よろしくお願いたします。

### 住吉小学校保健室の1年間

保健室に来た人数(月別・2月22日現在)



	4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
相談	0	0	0	1	0	0	1	0	2	2
内科	30	63	92	50	83	83	65	37	30	36
外科	135	183	184	87	118	169	160	105	99	58

5・6月は新年度の慌ただしさでの疲れもあってか、けがで利用する児童が多かったです。また10月の住吉スポーツDAY前もけがでの利用者が多くいました。2月は祝日が多かったことや、降雪により校庭が使えない期間があったため、けがでの利用が少なくなりました。

グラフだと分かりにくいですが、保健室に来る理由で「相談」という人がいます。保健室は体や心に関する悩みを相談したいときにも利用することができます。

インフルエンザや新型コロナウイルスだけではなく、水痘（みずぼうそう）、咽頭結膜熱（プール熱）、流行性角結膜炎、溶連菌感染症、手足口病、伝染性紅斑（リンゴ病）、感染性胃腸炎、ヘルパンギーナ、などに感染した児童もみられました。コロナ禍前に流行しやすかった感染症が再び発生するようになりました。

### 学校感染症による

### 出席停止者数

総数 289 人



そのうち…  
インフルエンザ 146 人

新型コロナ 39 人



2月22日現在

げんきいっぱいカードに記入していただいた感想の一部を紹介します

保護者の感想

- ・楽しく過ごせたが満点で良いですね。
- ・テレビとゲームの時間が1時間内になるように自分で考えていて良かったです。普段も意識して続けてほしいです。
- ・早寝ができず、時間に自分で起きることができませんでした。
- ・ゲームやYouTubeの時間を見直す良い機会だと思えます。
- ・朝の歯みがきをがんばったね。計算も自分でできてえらい！
- ・テレビ・ゲームの時間を守っていないと思います。
- ・早く寝ているのになかなか起きられない。がんばりましょう。
- ・朝が早いので起きるのがひっしでしたが、この頃すんなり起きられるようになりました。
- ・体を動かすことがなかなか取り組めないなと思います。就寝も遅くなりはじめているので気をつけたいです。
- ・前回の反省を生かし、全ての項目を意識してよくがんばりました。特にテレビ・ゲームと起きる時間だね！
- ・決めたことが守れるように、考えて行動できるようになってほしいです。やる気がなくて残念でした。
- ・集中して勉強してほしいと思います。
- ・良くがんばりました！息抜き工夫もよくできていました。
- ・「げんきいっぱいカードに取り組んでいるときだけではなく、日頃から意識して規則正しいリズムで生活できたらいいと思います。
- ・家庭学習(朝勉)をよくがんばっていました。
- ・良いリズムをつくれるように努力していました。

児童の感想

- ・はみがきできれいになりました。
- ・次は自分でおきます。
- ・100点をとれてうれしかったです。
- ・体をいっぱい動かせたので良かったです。
- ・カードのおかげで生活リズムがととのった。
- ・テレビ・ゲームの時間を減らしたので、運動や勉強に集中して、良い生活ができたと思います。
- ・外が寒いと体を動かす気もちがなくなってしまうから、暖かい服装をしてがんばりたい。
- ・最近冬で寒いので寝坊して自分で起きられなかった。まだ100点をとったことがないから、次は全て気をつけます。
- ・4年生になってから夜更かしが多いので、次から早寝早起きをがんばりたいです。
- ・金曜日になると寝るのが遅くなってしまいますので、それを直したいです。
- ・習い事がある日は早寝が難しかった。体をなるべく動かせるように心がけた。
- ・テレビやゲームが1時間を守れなかったので6年生では1時間を守れるようにしたいです。
- ・早く寝るために一つひとつの行動を早くしようと思います。
- ・次は自分で起きられるようにしたいです。
- ・30分以上運動することを意識したおかげで、夜すぐに眠ることができて良かったです。
- ・運動、睡眠、勉強、それぞれバランス良くできた。
- ・勉強の時間がとれていなかったの、これからは気をつけたい。

げんきいっぱいカードはご家庭へ返却します。ぜひ1年間の生活を振り返っていただき、生活リズムや健康についてご家庭で話すきっかけにしてください。



保護者の皆さまへ

1年間大変お世話になりました。感染症対策として学級閉鎖や、体調不良や怪我での急な早退をお願いすることも多い中、快く、臨機応変に対応してくださりありがとうございました。今後も住吉小学校の子どもたちの心身の健康のため、微力ながら精一杯努めてまいります。よろしく願っています。

