

# 保健だより 2月号



おうちのひと  
よ読んでね。

多度津町立豊原小学校

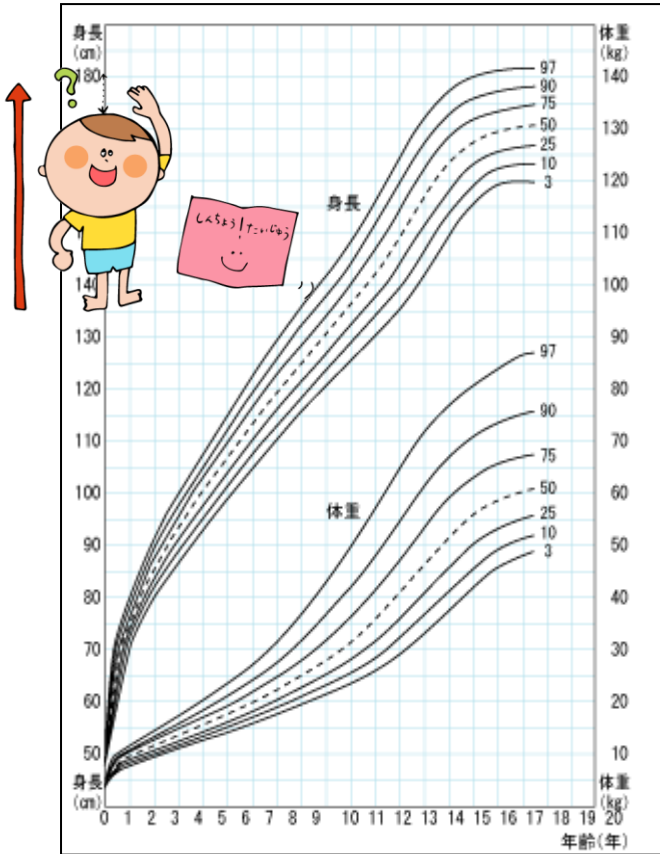
保健室

20分休みや昼休みは、元気いっぱい運動場でなわとびをしている姿がみられます。外から帰った後は、手洗いをしっかりしましょう。



## お子さんの成長曲線 & 肥満度曲線をお配りします！

男子 身長・体重成長曲線



成長曲線とは、子どもが適正に成長しているかどうかを判断するために描くものです。

今回の成長曲線基準図には3、10、25、50、75、90、97の数字がついた基準線があります。この数字はパーセンタイル(百分位)といいます。3パーセンタイルの線は100人中前から3番目、50パーセンタイルは前から50番目にあたる子どもの身長や体重の増え方を示しています。

身長・体重の成長曲線が、基準線に沿っていれば適正であり、基準線をまたいで上向き、あるいは下向きになった場合に異常と判断します。しかし、異常だからといって、必ずしも病的原因とは限りませんが、注意して成長を見守っていくことが大切です。

気になる場合は、近くの小児科へご相談ください。



成長曲線を描く、二つの意味。

- <1> 成長異常の早期発見、早期治療につなげる。(成長異常は、成長ホルモンや甲状腺ホルモン、脳腫瘍などの病気が原因で、その多くは早期に見つければ対処ができます。)
- <2> その時点まで子どもの成長が適正かどうかの判断になる。



### 新型コロナウイルス感染症対策

3学期から特別教室等(音楽室・理科室・少人数教室)の入り口に手指消毒液(自動)を設置し、消毒をしています。

授業後は、一人ひとり除菌シートで自分が使用した机や椅子を消毒しています。



うら  
裏に  
つづ  
く

引き続き、毎朝の検温を行い、カードに記入をお願いいたします。感染拡大を予防するために、児童

の体調によっては早めに迎えを依頼する場合がありますが、ご協力をよろしくお願いいたします。



# 家庭内感染を予防しましょう

## こまめな手洗いをしましょう



石けんで手を洗い、アルコール消毒をしましょう。洗ってない手で目や鼻、口などを触らないようにしましょう。

## タオルや歯みがきのコップなどは共有しないようにしましょう

特にタオルは、洗浄前のものはトイレ、洗面所、キッチンなどでは共有しないように注意しましょう。



## 大皿料理は避け一人分ずつ盛り付けましょう

回し飲みや箸などを共有しないように一人分ずつ盛り付けましょう。



## ドアノブや電気のスイッチなどこまめに消毒をしましょう



手で触れる共有部分を消毒しましょう。薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤で拭いた後、水拭きしましょう。

## 定期的に換気をしましょう



共有スペースやほかの部屋も窓を開け放しにするなど換気しましょう。

## 目、口、鼻などウイルスが入る部位をできるだけ触れないようにしましょう

粘膜からウイルスが体内に侵入する可能性があります。十分な手洗いをしましょう。



## 会話する時は家でもマスクをしましょう

マスクの表面には触れないようにしましょう。



## 対面では長時間話さないようにしましょう



マスクを着用し、大声で話さないように注意しましょう。人との距離を1~2m取りましょう。