

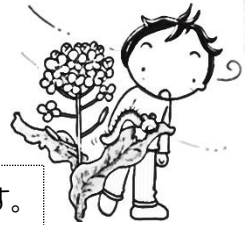


# すくすく

座間市立相武台東小学校

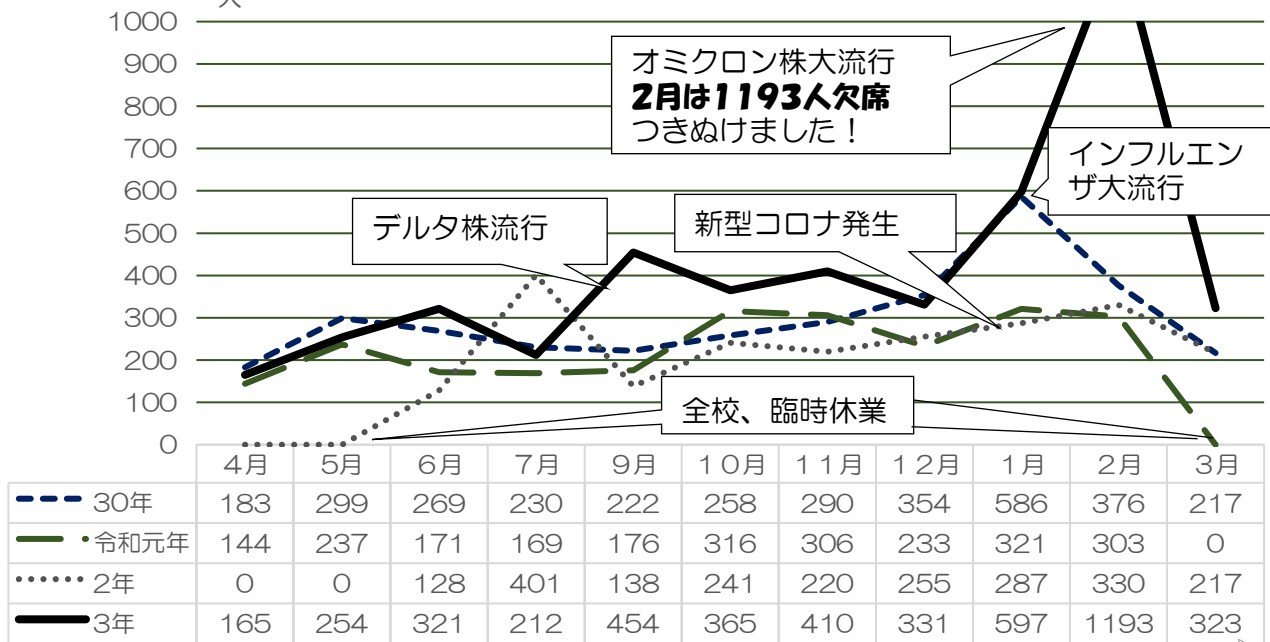
第10号

令和4年3月15日



もう、春ですね。新型コロナの流行が去って、日常がもどってきて欲しいです。

## 相東小 欠席者数



3/10現在

・平成30年度は、**インフルエンザが流行**しました。感染は広がりましたが、**出席停止期間が明確で、検査キットがあり、抗インフルエンザ薬もあり、本人だけが休み**すればよかったので、1月の欠席数は最高で586人でした。

・令和元年1月に、**新型コロナウイルス感染症が全世界に広まりました**。未知のこの病気を防ぐために、新しい生活様式での生活をするようになりました。

・令和元年から2年にかけては、**子どもたちへの感染はごくわずか**でした。そして、**手洗い・マスク・距離を取る**といった感染対策を国全体で行った結果、**新型コロナウイルス感染症以外の感染症にかかる子はほとんどいません**でした。

・しかし、令和3年度になり大人のワクチン接種はすすんだものの、**デルタ株の流行の頃から、子どもたちへの感染が増加し、同時に家族内感染も増えました**。

・令和3年度の冬は、**オミクロン株の登場で、一気に子どもたちへの感染が広まりました**。**出席停止期間が長いこと、濃厚接触者も登校できないことから、欠席数は今までに見たことがない数に達しました**。

・感染者がいることを公言できないことから、濃厚接触について知らないでいるという状況も感染を広げる要因のひとつかもしれません。

・そんな中でも、**発熱して早退する子は月に数えるほど**でした。手間はかかりますが、**朝の検温・健康観察の効果を感じます**。

**\*\*\* 朝の検温・健康観察等ご協力、ありがとうございました \*\*\***



保健室の  
利用件数

1336  
件



体調がわるくて  
来た人 305 人

一番多かった症状  
頭痛



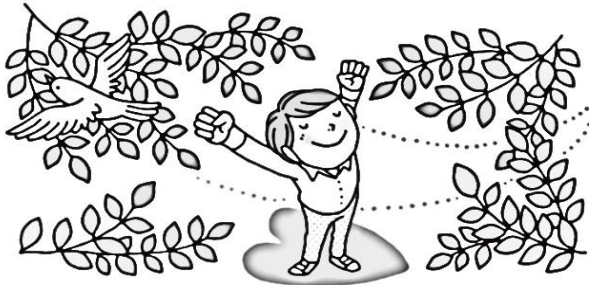
ケガの手当てで  
来た人 1011 人

一番多かったケガ  
擦り傷



自分でつけよう

# 健康の通知票



この1年を振り返って、5段階で評価してみよう

- 5 ..... 毎日できた
- 4 ..... だいたい毎日できた
- 3 ..... できたりできなかつたり
- 2 ..... あまりできなかった
- 1 ..... ほとんどできなかった

## 食事編



朝・昼・夜ごはんを毎日きちんと  
食べている

5 4 3 2 1

栄養のバランスよく食べている

5 4 3 2 1

ダイエットのために、〇〇だけや  
〇〇ぬきをしていない

5 4 3 2 1

ジュースやおやつを食べすぎない  
ようにしている

5 4 3 2 1

合計

点

## 睡眠編



毎日、早寝早起きをしている

5 4 3 2 1

睡眠時間を7時間以上とっている

5 4 3 2 1

寝る2時間前にはスマホやゲームを  
やめるようにしている

5 4 3 2 1

朝起きたら日光を浴びている

5 4 3 2 1

合計

点

## 運動編



毎日適度な運動をしている

5 4 3 2 1

ウォーミングアップやクールダウンを  
しっかりしている

5 4 3 2 1

痛いところがあったら思い切って  
休むようにしている

5 4 3 2 1

運動のあとはからだを清潔に  
している

5 4 3 2 1

合計

点