

すすく どんどん

R3年10月号
狭山特別支援学校
ほけんしつ



緊急事態宣言が解除されても、新型コロナウイルス感染症の流行はまだおわっていません。対策を続けていきましょう。



感染症対策の基本は、手洗い、うがいです。せっけんをつかって、洗ったあとはせいけつなハンカチやタオルでふくようにしましょう。シャツやズボンでふいてはいけませんよ～！



スマホやゲームは、30分やったら、目を休ませます。



遠くの景色をながめよう。
目が休まるよ！

10月10日



近いですよ～！

GIGAスクール構想がすすみ、子どもたちの目の健康問題が心配されています。また、感染症対策のため、家で過ごす時間が増え、スマホやゲームをする時間が増えています。目の健康について御家庭でぜひ、お話ししてみてください。

10代でも老眼!?



近くばかり見ていると、目のピントがあわなくなります。

しんがた かんせんしょう ちゅうい
まだまだ！ **新型コロナ感染症に注意** してください。

せつしゅりつ あ がって、みんなの生活が変わろうとしています。油断しないで！

ワクチンを打っていても、感染することがあるよ

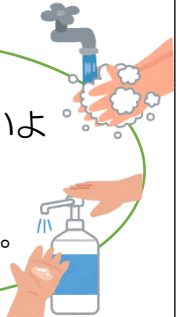


かんせん 感染しない、させないためには（不織布）マスクがいいよ。

ワクチンは重症化を防ぐ効果があるよ



ひとごみに行かないようにね！手洗い、消毒、忘れずに。



10月17日～23日は
薬と健康の週間です



もしも誤飲してしまったら・・・

子どもの状態や薬の名前や飲んだ量を確認して、すぐに専門の医療機関に連絡し、必要に応じて病院を受診してください。

相談機関の例 「小児救急電話相談」 #8000

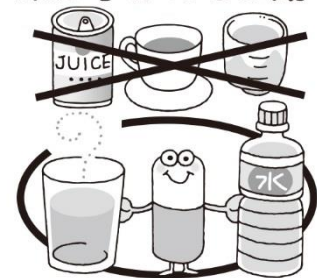
「つくば中毒110番」 029-852-9999

薬はアイスやヨーグルトに混ぜると正しく効果があらわれないことがあります。乳製品だけでなく、ジュースやコーヒーでも、薬の効果が正しくあらわれない薬もあります。

薬は飲むだけでなく、正しく吸収されて効果を発揮させることが大切です。水やぬるま湯、服薬専用のゼリーで飲むようにしましょう。

難しい人は少しずつ練習することをおすすめします。

薬は水かぬるま湯で



不要不急ではありません！

新

型コロナウイルス感染症流行の影響で、お子さんの予防接種や健診の参加を控えていませんか？

なぜ遅らせないほうがいい？

予防接種のタイミングは、感染症にかかりやすい年齢などをもとに決められています。健診も健康状態を確認する大切な機会。お子さんを守るためにきちんと受けましょう。



病院に連れて行っても大丈夫？

予防接種はできるだけ予約し、心配なことがあれば事前に相談しましょう。受診前後の体温測定や手洗いなども忘れずに。

お子さんの予防接種は不要不急ではありません。接種時期の確認をして、早めの接種をお願いします。

