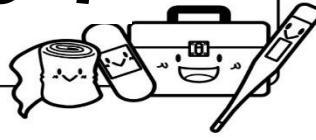




# 2月 ほけんだより



文京区立小日向台町小学校  
令和 8 年 2 月 2 日

校長 溝畑 直樹  
養護教諭 田中 由香

都内や区内では、インフルエンザ B型が流行しています。本校でもインフルエンザ B型による欠席者が増えてきました。

手洗い、換気、場面に応じたマスクの着用を行い、予防していきましょう。体調不良の場合は、登校を見合わせて、病院を受診してください。

## インフルエンザ

発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで

保護者の皆様へ 登校届について

感染症による出席停止と診断された場合には、登校許可書を保護者の方がご記入の上、登校初日にお子さまに持たせてください。登校許可書は、小日向台町小学校 HP→届出様式一覧→登校届にあります。

## 目を大切にしよう

発育測定の際に、全学年に、目の大切さや近視について、養護教諭による保健指導を行いました。裸眼視力1.0未満の小学生が年々増加していること、今後も世界的に近視は増加すると考えられ、WHOは、2050年までには世界人口の50%が近視になると予想していること(日本眼科医会より)、近視にならないために3つのことを学びました。

- ① 画面と目は30cm以上はなすこと
- ② 30分に1回は、20秒以上遠くをみること
- ③ 外で1日に2時間以上活動すること (太陽の光をあびることが大切です。その際は熱中症に気を付けましょう。)

