

ほけんだより10月



令和8年10月1日
品川区立鮫浜小学校
校長 中村 英代
養護教諭 高橋 麻衣子

10月10日は目の愛護デーです。今はイネ科やキク科の植物の花粉が多い時期です。アレルギー

の症状で目のかゆみがあるときにさす目薬。意外と知られていない目薬の正しい使い方を

紹介します。

おぼえよう!

めぐすり
目薬の
つかかた
使い方

1

目のまわりのよごれをふき取り、
手もせっけんできれいに洗っておく。



2

顔を上に向けて、
指で下まぶたを広げる。



3

容器の先が目やまつ毛にふれな
いように、下まぶたに液を1滴
(または決められた量) 落とす。



4

そのまま目を閉じ、目がしらを
お押さえてしばらく待つ。
まばたきはしない。



5

目薬があふれたら、
必ずふき取っておく。



保護者の皆様へ

●感染症情報（令和8年9月26日現在）



本校では9月中旬にインフルエンザA型の流行により、1学級で学級閉鎖を行いました。シルバーウィーク後も7名の児童が出席停止でしたが、特定の学級における感染の広がりはありません。

欠席者が急に増えるなど感染症の蔓延が心配される場合、児童にマスクをつけて過ごすようお願いすることがあります。集団生活の場における予防措置としてご了承ください。マスクは給食のときにも使用していますが、「マスク持っていない！忘れた！」というお子さんもいらっしゃいます。毎週末必ず予備を含め5枚ほどのマスクがランドセルに入っているかの確認をお願いいたします。



●秋の健康診断について

春の視力検査で「受診の必要がある」と判断された児童のうち、結果報告が未提出の児童を対象に、臨時視力検査を行いました。学校で測った視力がB（0.7）以下だった方にはお知らせ（黄色の用紙）をお渡ししています。10月2日（金）には秋の歯科健診も予定しています。こちらも、受診の必要がある児童にはお知らせをお渡しします。どちらの健康診断も、お知らせを受け取られた場合はなるべく早く受診をしていただき、眼科・歯科の医師にご相談ください。

●服装について



日中と朝晩の気温差も大きくなっています。学校では換気をするため常時窓や廊下側の扉を開けています。肌着を着る、羽織るものを持参するなど、お子さん自身が自分で調節できる服装のご準備をお願いいたします。

●予防接種について



各医療機関で、インフルエンザの予防接種が始まっています。品川区では、子どものインフルエンザ予防接種費用が一部助成されます。詳細は品川区ホームページをご確認ください。（トップページ＞健康・福祉＞予防接種）

●発育測定時に「生命の安全教育」を行いました

「生命の安全教育」とは、生命を大切にする考えや、自分や他人を尊重することを発達段階に応じて身につけることを目指す教育です。学年が上がるにつれて、『自分と相手の体を大切にする態度を身に付ける』『自分と相手の心と体を大切にすることを理解し、相手との距離感を意識してよりよい人間関係を構築する』ことを目指して話をしました。ご家庭でも、「どんな話だった？」と話題にいただければ幸いです。