刈安 げんきっこ通信



令和２年６月１日
刈安小学校 保健室

本日から本格的に学校が再開となりました。緊急事態宣言は解除されましたが、油断はできません。引き続き、感染予防につとめながら、学校生活を送っていきましょう。

５月の後半ごろから、「暑いなぁ」と感じる日が増えてきました。季節は夏に近づいています。休校中、お家で生活していたみなさんは、いつもより少し体力が落ちていることが考えられます。無理をすると、熱中症や体調不良になりやすい状態です。自分のからだに気を配りながら、がんばりすぎないように過ごしていきましょうね。

◆◇◆ みんなで守ろう！感染予防対策！ ◆◇◆

ミニミニ帰りの会でお話したことのおさらいです



①けんおん

毎朝、体温をはかり、チェック表に記入します。玄関で提出してください。体調が悪い人は無理をせず、お休みしてください。



②マスク

必ずマスクをつけてきましょう。手作りマスク・布マスク・使い捨てマスク、どれでもOKです。



③手あらい

こまめにせっけんで手をあらいましょう。朝・長休み・給食前・そうじ後は手あらいタイムです。放送で「あわあわてあらいの歌」を流します。毎日せいけつなハンカチも忘れずに！

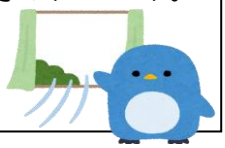
④アルコール消毒

給食前の手あらいの後はアルコール消毒をします。



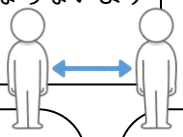
⑤かんき

１日中まどをあけた状態ですごします。



⑥きょりをとる

友だちとくっつきすぎないで、きょりをとりましょう。手洗い場やトイレなども密にならないように気をつけましょう。



⑦がまんしない

体調が悪いなぁと思ったときはすぐに先生に伝えましょう。感染症以外にも熱中症も心配です。がまん×



給食

給食準備は５・６年生と先生で行います。おしゃべりせず、静かに食べましょう。

はみがき

手洗い場が密にならないように、気をつけながらはみがきします。はみがきソングは一旦中止。ハブラシは自分のコップぶくろに入れて保管します。コップも忘れずに！

そうじ

ぞうきんは使わずに、モップやほうきでそうじをします。マスク着用、無言清掃、そうじ後の手洗いを守りましょう。

一人一人が意識して行動しよう！自分のため、みんなのために！

⚠ 熱中症にも注意が必要です ⚠

・こまめに水分補給をしましょう。水筒を準備してください。
・あさごはんを必ず食べましょう。「はやね・はやおき・あさごはん」
・体調がわるくなったらがまんしないですぐ伝えましょう

8日～14日は

親子で歯っぴーチャレンジ週間

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。歯と口の健康週間に合わせ、本校では、6月8日～14日は、「親子で歯っぴーチャレンジ週間」として取組を行います。毎日の取組をおうちの人と一緒にやったり、みがき残しがないかチェックしてもらったりします。この取組を通して、自分や家族の歯みがきや食習慣を見直してみましょう。口の中を清潔にすることは、感染予防にもつながります。家族みんなで歯と口の健康を目指しましょう。

8日（月）	9日（火）	10日（水）	11日（木）	12日（金）	13日（土）	14日（日）
5分デー	かがみデー	かみかみデー	つるつるデー	No おかし No ジュースデー	くふうデー	一緒にみがこうデー

※チェックカードは、5日（金）に配付します

健康診断について

●尿検査（全員）　　6月5日（金）提出 （前日に検尿セットを配付します）

●心臓検診（1・4年）　10月中

※内科・歯科・眼科・耳鼻科の検診の日程はまだ決まっていません。決まり次第お知らせいたします。

保護者の皆様

臨時休校が明け、本日から学校が再開となりました。先月の登校日から子どもたちは毎日元気に登校してくれています。嬉しい限りです。学校再開後も表面に記した感染予防対策に努めながら過ごしていきます。

6月4日は「歯と口の健康週間」です。今年度も、期間中の1週間を「親子で歯っぴーチャレンジ週間」とし、チャレンジカードに沿って様々な取組をお家で実施していただきたいと思います。

また、小学生は乳歯と永久歯がいろいろな形で混ざっている時期であり、子どものロの中は複雑です。歯科医さんによると小学生の間は仕上げみがきが大切だそうです。日頃からお子様の歯みがきの状況を見られ、歯みがきの後にはみがき残しがないかをチェックしていただけると幸いです。よろしくお願いいたします。