

ほんだより4月

No. 1

令和3年4月7日
河井小学校保健室

4月の保健目標

かんせんしょう せいかつ
感染症にかからないように生活をしよう
じぶん し
自分のからだを知ろう

さくらの花がいつもの年より早く咲きそろい、春満開の中で、新しい学年が始まりました。52人の1年生を迎えて、今年は283人でスタートしました。新しい学年になっても、ひきつづき新型コロナの予防をしていきましょう。1年生や転入生が学校に早くなれるように、お手本となって、いろんなことを教えてあげましょう。みんながかからないように、これからも気をつけましょう。



がっこう かんせんしょうたいさく 学校での感染症対策について

- ① 毎朝の体温測定と健康観察をして、「健康観察票」に記入して、登校時持たせてください。マスクをして、登校させてください。
- ② 学校の玄関で「健康観察票」を渡して、確認出来たら、教室に入れます。



- ③ 熱のある場合や、体調不良の場合は、別室で待機してもらいます。具合の良くない時や、熱っぽい時は無理して登校しないようにお願いします。
 - ① 玄関でズックをはいたら、アルコール消毒をします。手に傷がある人や、アルコールのアレルギーの方は石けんであらいをします。
- ④ 学校では、体育時、給食時、歯みがきの時以外はマスク着用です。
- ⑤ 教室は、児童がいる間、常時換気を行っています。
- ⑥ 給食や歯みがきは、向き合わない、しゃべらないで行います。
- ⑦ 鼻水や唾液の付いたティッシュやマスクなどのゴミは、各教室の専用のふた付きゴミ箱に入れて、他のゴミとは別にします。



みんなや周りの人をコロナから守るために大切なことです。これからもしっかりつづけていきましょう。

保健調査票の記入と確認をお願いします

年度の初めに、住所や電話番号の変更がないかと今の体調についての確認をお願いします。1年生は、記入が大変ですが、記入漏れのないようにお願いいたします。9日(金)までに提出してください。



健康診断が始まります

健康診断の目的は…?



- その❶ 自分の成長や健康状態を知る
- その❷ 病気の疑いがないかを調べる
- その❸ 自分の体や健康に関心をもつ

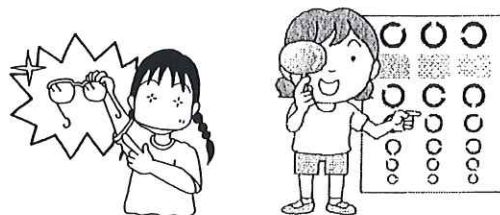
健康診断をきっかけに、毎日の生活をふり返ってみましょう！

健康診断は年に一度のからだの点検です。自分の身体は代わりはありません。あと何十年も元気に動いてもらうためには、弱っていないか、点検が大切です。もし病気が見つかったら、早く見つけることで、治りやすくなったり、病気とうまく付き合っていく方法を自分なりに考えることが大切です。毎年行われますから、自分の身体の声を聞くつもりで、受けるようにしましょう。

4月8日(木)は2～6年生 4月9日(金)は1ねんせい 身体測定をします

忘れないで!

- ・たいそうふく体操服を持ってくる
- ・めがねを持っている人は持ってくる



健康診断の 前日の約束

健康診断の前日は、お風呂に入ってからだを清潔にしておきましょう。目的に合わせて耳をそうじしたり、歯みがきを怠らないにしたり… つめもきちんと切っておきましょう。そして体調を整えるために早く寝るようにしましょう。



女子で髪かみの長い人は正確に測定するために1つではなく、2つにむす結んで来て下さい。



身体測定について気を付けてほしいこと

- 体操服で行います。忘れずに持って来てください
- めがねやコンタクトレンズを使用している人は、めがねを忘れずに持ってきてください。
- 測定前には名前をおしえてください。
- 出来るだけ静かに行動してください！特に聴力の検査では、待ってるとき静かに！
- 人の話は見ない、言わない、気にしない。
- 個人の記録用紙は、学年・組・番号を書いて、なくさないように気をつけてください。
- 身長・体重はズック・靴下くつしたを脱いで行います。

**測定がスムーズに進むように、
みんなで協力してください。**