

ほけんだより



令和2年5月26日 玉島小保健室

ほけんもくひょう きそく正しいせいかつをしよう



臨時休校から学校が再開して、2週間がたちました。

再開されての1週間は、学校生活のリズムがとれなくて体調をくずして、保健室で休養する人が多かったですが、少しずつリズムをとりもどしているようで、体調不良の人がほとんどいなくなりました(〇)

臨時休校や外出を制限されることなどなど…。

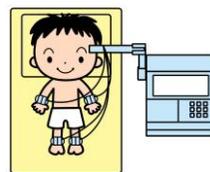
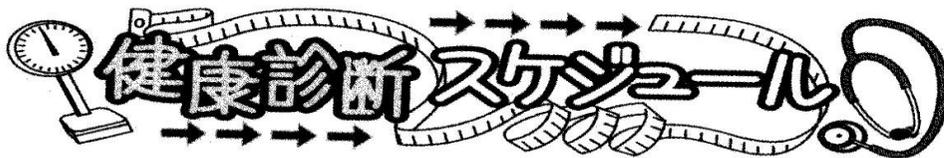
テレビやネットから発信される情報は、不安になるものが多くて、みんなの気持ちも不安定になりがちです。

学校では、感染症の対応をしながら、新しい学校

生活のスタイルをつくっているところです。子どもたちは、学校でいきいきと生活しています。楽しい学校生活がおくれるように保健室からお手伝いしていきます。朝の健康チェックなど大変ですが、親子のコミュニケーションの時間としてとらえて、もう少しの間、ご協力よろしくお願ひします。



けん こう しん だん



これからの健康診断の予定についてお知らせします。

おうちの方へ⇒耳鼻科検診前の耳あか取りは忘れずにおこなってください。

5月22日	金	歯科健診 (しかけんしん)	全児童。歯みがきをしましょう
5月29日	金	眼科健診 (がんかけんしん)	全児童。
6月 1日	月	心臓健診 (しんぞうけんしん)	1年生のみ。体操服を忘れずに！！
6月 2日	火	耳鼻科健診 (じびかけんしん)	全児童。

かんせんしょうたいおう きほん 感染症対応の基本は

- ちやくよう
①マスクの着用（せきエチケット）
て てゆびしょうどく
②手洗い・手指消毒
③ソーシャルディスタンス



いまは、たいせつな人のためにはなれましょう!!

30秒間の手洗い



ハンカチで手をふきましょう

みなさん、手洗いをよくしているようですが、さてどのくらいの時間、手を洗っているでしょうか???

きれいに洗ってしまうまで、30秒間は必要です。

(^^♪手洗いしゅしゅしゅつ (^^♪と、ダンスや歌が出ていますが、歌を歌いながらでもいいですので、30秒間時間をはかってみて、ていねいに手をあらいましょう。

ハンカチでふいて
いますか?



おうちの方へお願い

少しずつ暑くなってきました。マスク着用での活動で、のどがかわきやすくなっていて、「お茶がなくなった～」の声がよく聞かれます。熱中症にならないように、水やお茶を今まで以上に、多めに持たせてください。学校では、水分補給の声かけもおこなっています。

