

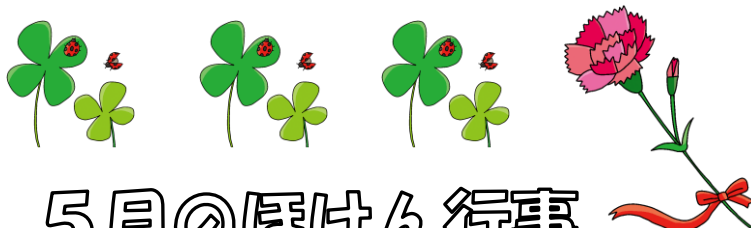
* げんき *

2021. 5. 11 旭小学校 保健室 保健だより5月号

さわやかな季節になりました。外で体を動かすと気持ちがいい季節ですね。新緑のパワーをたくさん吸収したいものです。

コロナ感染がひろがり、県どくじの「非常じたいせん言」「まんえん防止等重点そち」があいついで出されました。市内でもクラスターが起きています。ここは、ふんばり時です。気をゆるめず、みんなが今まで行ってきた感せん対さくをもう一度かくにんし、みんなの健康と命を守りましょう。

みんなが毎日げんきに過ごしてくれることが、おうちの人や先生たちの一番のねがいです。



5月のほけん目標

自分のからだを知ろう

5月のほけん行事

13日(木) 尿けんさ 二次検査対象者、1回目忘れた人

※一次結果について…家庭に連絡をしていない人は、異常がありませんでした。



あつくなってきました!!体のせいけつを心がけましょう!!

夏日のような暑い日が増えてきます。
健康とエチケットのために体を清けつに保ちましょう。
そこでチェック!! Oをつけてみてね。

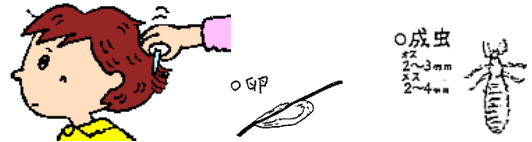


- | | | | |
|--|----|---|-----|
| 1. 毎日お風呂に入って、 <u>頭や体をきれいに</u> あらっていますか? | はい | • | いいえ |
| 2. 手足の <u>つめを</u> いつも <u>短く</u> 切っていますか? | はい | • | いいえ |
| 3. 毎日あらった <u>下着</u> をきていますか? | はい | • | いいえ |
| 4. 毎日あらった <u>ハンカチ</u> を <u>1枚以上</u> もってきていますか? | はい | • | いいえ |

※ハンカチ…コロナの予防もあります。わすれないように!!

これからの時期は頭じらみがはやる時期です。頭じらみも感せんしょうの一種です。頭じらみは、不潔にしているから感せんするものではありません。おうちの人に、頭じらみがいないか時々チェックしてもらいましょう。※スイミングなどを利用している人は、そこからの感せん事例もありますので、注意してくださいね。

～あたまじらみってなあに??～



あたまじらみは、頭部にすみつくシラミのことです。あたまじらみが頭部に寄生すると(すみつく)、頭皮から人間の血をすうので頭がかゆくなります。また、後頭部や耳の後ろなどのかみ毛の根もとをよく見ると、あたまじらみの卵が見つけれることがあります。

へんい 変異ウイルスから身を守ろう!!

いまや変異ウイルスが8割と言われます。感せん経路のよくわからない市中感染がひろがっています。無症状であっても、人にうつしたりうつされたりするようです。ひとごとではありません。ウイルスは、目や鼻、口から入ってきます。最大限の予防をしていきましょう。

① 天気のいい日は、教室の窓を全部あけよう!!

晴れていても、はだ寒い日があります。上着を持ってくるようにしましょう。

② 手あらいと手指の消毒をつづけよう!!

※手洗い6つのタイミング…外から教室に入る時、せきやくしゃみ、鼻水をかんだ時、給食の前後、掃除後、トイレ後、共有のものをさわる時。
消どく…給食前、共有のものさわる時手が洗えない場合など

③ 人とのあったか距離をとろう!!ひとごみ注意!! (1密でもあぶない)

今はがまん。人にべたべたさわったり、顔を近づけすぎたりしないようにしよう。

④ しっかり食べ、しっかり寝て、とにかくめんえき力をUPさせよう!!

旭小学校保護者 様

日頃は、お子様の検温、健康チェック等にご協力いただきありがとうございます。

学校では、現在のコロナ感染拡大の状況を鑑み、できるだけ教室を全換気することとします。日によっては、寒く感じるお子様もあると思われまますので、着脱しやすい上着を持たせるようにしていただくとありがたいです。天候や温度によって自分で衣服の調節ができる子に育てていきたいと思ひます。

なお、この時期は、新学期からの疲れが出たり、緊張感がゆるみ始めたりするころでもあります。

お子様の心身の健康と安全のために、規則正しい生活(早寝、早起き、朝ごはん)、特にゲーム等の長時間使用で夜更かしなどがないようにしっかり見届けいただきますようよろしくお願ひ致します。

