

* げんき *

2022. 10. 20 旭小学校 保健室 保健だより10月号

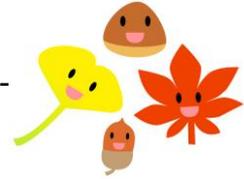
季節の変わり目に注意!

朝晩めっきり涼しくなってきました。今年は3年ぶりの全校運動会が開かれます。各学年とも総しあげのどんかきに入ってきましたね。

季節の変わり目で、体の調子をくずしやすい時でもあります。自分自身や家族の体調が悪い時はだいじをとって、休んでください。発熱があった場合は、高熱の場合は熱が下がっても2日くらい登校をひかえ、体を休めるようにしましょう。

10月のけん目標

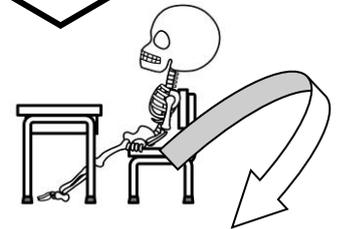
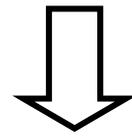
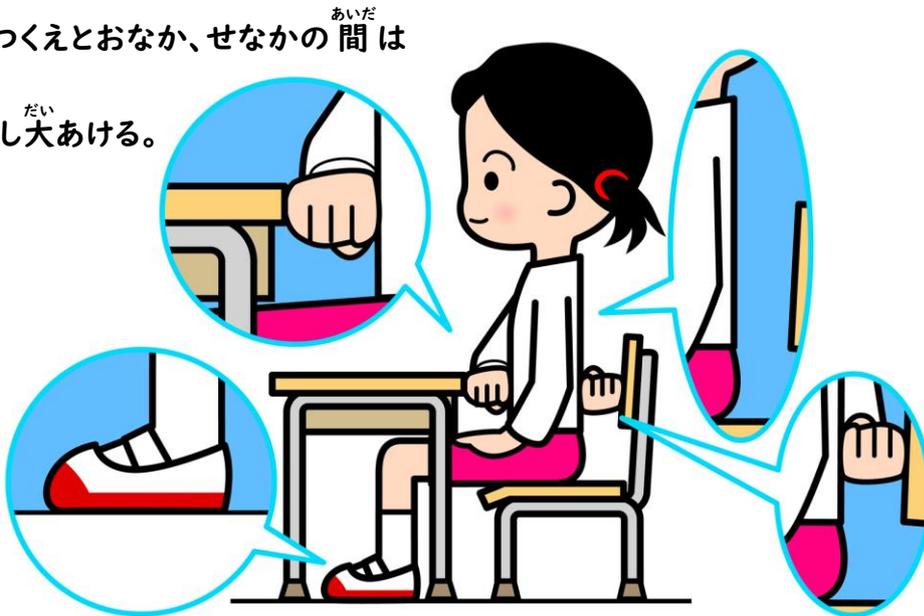
正しいしせいですごそう!



ただ正しいしせいはポイントをいしきするところから。

① つくえとおなか、せなかの間は

こぶし大あける。



※後ろにかたむいた姿勢だと骨ばんも後ろにかたむいてしまいます。



② せぼねはまっすぐのばす。

③ かかとは床にピッタリつける。

11月1日から健康チェックの仕方が大きく変わります。



1. 朝の健康チェックカードは、かならず保ご者に書いてもらいましょう。(印はなしになります)

どにち きゅうじつ きにゆう とく き
土日や休日あけは記入もれがないよう特に気をつけてください。

かぞく たいちよう わる とき はつねつ いま どお やす
⇒家族の体調が悪い時(発熱、かぜ、げりなど)は、今まで通りねんのためお休みしましょう。

2. 健康チェックカードは集合場所では集めません。朝教室でかならず担任の先生に出します。

ぜんこう き はんちよう いま
(前後期の班長さん、今までありがとうございました。)

きょうしつ はい まえ てあら しょう せんせい だ
※教室に入る前は手洗いと消どくをし、そのあと先生にチェックカードを出しましょう。

3. カードわすれ、記入なし、不びがつづく場合は、ほごしゃにでんわでかくにんします。

4. ちこくした人は、しょくいんしつによって健康チェックを受けましょう。

とき どうこう
※この時、登校かくにんもできます。



保護者 様

これまで3年間続けてきた校舎外での健康チェックは、県の方針により「校舎内でのカードチェック可」に変更されたことから、この旭小学校でも11月より校内(教室)で健康チェックを行います。

従来通り、朝の検温・健康チェック(家族も含む)を行い、結果をカード記入した上で、学校に持たせていただくようお願いします。※保護者の押印は11月から不要です。

カードを忘れた場合や、記入がない場合、不備が続く場合は電話をかけさせていただきますのでご了承ください。

これまで通り、学校での感染対策は気を緩めず行っていきますので、ご理解とご協力の程よろしくお願いします。