



令和5年9月5日

練馬区立北町西小学校
校長 小松田 早苗

9月 感染症予防で元気に

今年は4月から「新型コロナウイルス感染症」以外にも、コロナ禍で流行しなかった「インフルエンザ」「溶連菌感染症」「プール熱」などの感染症が報告されました。感染症予防の基本は手洗いです。石けんで10秒以上もみ洗い、15秒流水ですすぎます。アルコールは新型コロナウイルスには有効ですが、ノロウイルスやアデノウイルスには効果がありません。

引き続き、ご家庭で朝の検温・健康観察もよろしくお願いします。

まだまだ…暑さ対策

今年の夏は本当に「暑い！」です。東京都心の猛暑日の日数は1875年に統計をとり始めてから最も多かったそうです。

熱中症予防として、気を付けたいこと…①朝ごはんを必ず食べる。②水分をとる。③睡眠を充分とる。水分は吸収までに約20分かかります。のどがかわいてからでなく、こまめに飲むようにします。



9月9日救急の日・けがに注意



上履きや靴のサイズは合っていますか？

2学期初日、昇降口で「あれ？上履きが入らない！」「きつい！」といった声が聞こえてきました。休み明け、久しぶりに履いてみて足のサイズが大きくなっていることに気付くこともあります。サイズが合っていないと、足を痛めたり、かかとをふんでいて、けがにつながることもあります。サイズのチェックをして下さい。



わかりますか？ 応急手当

☑ 応急手当、正しいのはどっち？

鼻血  □ 上を向く □ 下を向く	やけど  □ すぐに冷やす □ 水ぶくれはつぶす	すりきず  □ よく洗う □ すぐに絆創膏をはる
つきやび  □ ひっぱってのばす □ 動かさずよく冷やす	打撲・捻挫  □ 動かさずよく冷やす □ 動かさず確認し、もむ	救急車  □ 119番に電話 □ 110番に電話

☆正しい応急手当をすると早く回復します。

よく行く場所…AEDはどこにある？

学校のAEDはどこにあるか知っていますか？南校舎の受付・主事室横にあります。学校以外にも駅、空港、デパート、ショッピングモール、プールや体育館、サッカー場や陸上競技場には、ほぼAEDがあります。

事故や災害はいつ、どこでも起こります。自分や周りの人が突然けがをしたり具合が悪くなったりすることもあります。AEDがどこにあるか知っていれば、取り行ったり、周りの人に教えることで「いのち」を助けられるかもしれません。いつか使うかもしれないもの、よく行く場所について知っておくといいと思います。



どこにあるのか チェックしておいてね。

お家の方へ

2学期がスタートしましたがお子さんの様子はいかがですか。

長い夏休み明けは、「行きたくない。」「疲れた。」…など不安を感じることや、体の調子が出ないこともあります。お子さんのことで心配や不安を感じたら、お気軽にご相談ください。

本校には心のふれあい相談員やスクールカウンセラーがおり、お子さんや保護者の方の相談を受け付けております。

○心のふれあい相談員（松井先生） 毎週 金曜日 9：00～16：15

○スクールカウンセラー（鈴木先生） 毎週 月曜日 9：00～16：15

※時間はお尋ねください。 カウンセラー直通 TEL 090-7196-9537