

ほけんだより6月

練馬区立早宮小学校
 校長 須藤 田鶴子
 養護教諭 石山 綾
 令和2年6月11日

学校が再開して2週間がたとうとしています。学校のある生活リズムに慣れてきましたか。来週からは給食も始まり、学校で過ごす時間も徐々に長くなっていきます。これまでの新しい学校生活様式の疲れが出る頃、ちょうど梅雨の時期に入り、じめじめ、蒸し暑く体調も崩しやすくなります。疲れたら早めに寝る、朝食をしっかりとる、積極的に水分補給をする、清潔に気を付けハンカチやタオルを持ち歩くなど、これまで健康のために行ってきた毎日の生活習慣に引き続き取り組んでください。



6月1～2週目保健室利用状況

	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	8日(月)	9日(火)
健康観察票 忘れ	22人	15人	19人	12人	13人	22人	14人

欠席もほとんどなく、学校再開を楽しみにしていたお子さんが多いと感じました。体調不良やケガでの来室もほとんどない状況です。しかし、忘れ物での来室は残念ながら減らない状況です。健康観察票を忘れた児童は保健室で熱がないことを確認してから授業に参加しています。集団で生活する特性上、ご理解いただき引き続き朝の検温、健康観察にご協力ください。

また、朝の健康観察、検温はご家庭で丁寧にしていただきますようお願いいたします。お仕事などでお子さんより早く自宅を出る場合にも検温の様子だけでも見届けていただけると、体調不良で登校してしまうことがなく、感染症拡大防止につながります。体調が悪い場合、子供だけで帰らせることはしません。必ず保護者、または保護者がお願いした大人の方のお迎えをお願いいたします。その際、保健調査票に記入された連絡先に電話をかけさせていただきます。

て あら 手洗い VS か コロナウイルス て あら 勝つのは手洗い!


コロナウイルスは体に入ると増殖できますが、物の表面にくっくだけなら時間がたつと壊れてしまいます。でも、くっく物によって**24～72時間**くらい、感染する力を持っています。この間にウイルスを触ると、手についたウイルスが体の中に入ってくる危険が…!

そこで、**て あら 手洗い。**

- ① **りゅうすい** で洗うと、ウイルスは流れていきます。
- ② **せつ** の手洗いは、コロナウイルスの表面の膜を壊して感染する力を失わせるので、**もっと効果的。**

ゆびさき 指先、ゆび あいだ 指の間、て 手首、て 手のひら

など、ウイルスが残りやすいところを念入りに洗えば、**手洗いの完全勝利!**

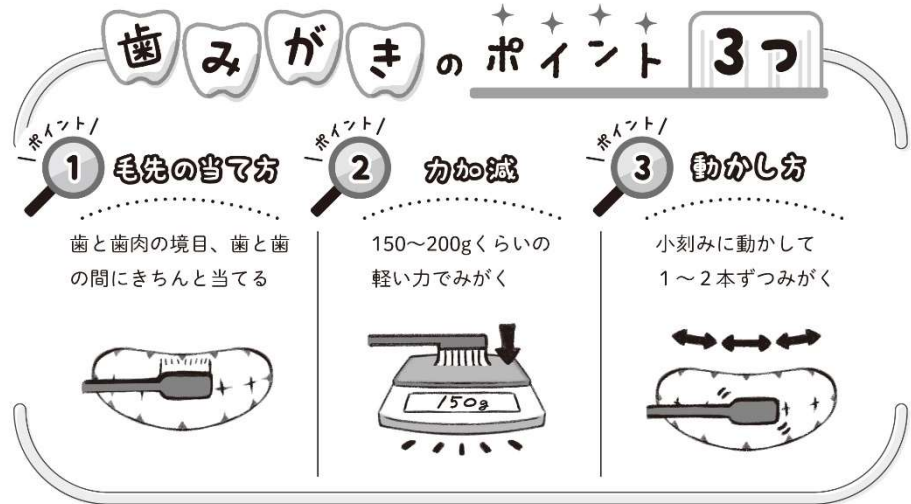


6月の保健目標

健康な歯を作ろう

校医の先生による定期健康診断は、9月以降に移動しました。

歯科検診は毎年、西先生に春と秋の2回診ていただいていたのですが、今年は10月15日、22日となりました。秋の検診前にむし歯など心配な方は主治医に相談してください。



心と体「しんどい」は我慢しないで

新型コロナウイルスのせい…?

学校は長い長いお休みになってしまいました。少しでも病気になる人が減るように、「自粛」や「我慢」しなければいけない毎日でしたね。

やりたいことがいつでもできる楽しいお休みではなかったと思います。怒ったりケンカが増えてしまった人もいるかな？

でも、悪いのはウイルスです。イライラしている人は「この先どうなるのかな」という不安や、目に見えないウイルスの怖さから、少し疲れてしまったのかもしれませんが。

もし、心も体も「しんどいな」と感じたら、いつでも相談に来てくださいね。

心のふれあい相談員の保坂先生とスクールカウンセラーの田頭先生がお話を聞いてくれます。

6月の保健行事

尿検査 全学年

提出日：6月15日（月曜日）
朝8時40分までに教室の所定の場所へ提出してください。

容器配布日：6月12日（金曜日）
※提出が週明けのため、忘れないよう工夫してください。

予備日：15日忘れた場合は22日（月曜日）

身体計測、視力、聴力については7月に学級ごとに時間と間隔をあけて実施予定です。詳細が決まり次第お知らせいたします。

布マスクを配布します。

文部科学省から児童一人に2枚の布マスクが配布される予定です。そのうち、1枚目のマスクが5月に到着しました。

しかし、シミなどがあるものが複数見られたため、文部科学省に報告の上、新しいものが届くのを待っていました。ようやく新しいものが届きましたので配布させていただきます。

メーカーが違うようで2種類の布マスクがあります。兄弟で種類の違うものが届くこともあります。ご理解ください。