

ほけんだより 6月

令和2年6月1日

練馬区立開進第三小学校
校長 岡部 良美
養護教諭 佐藤 智美

4月から新型コロナウイルスによる臨時休校が続いていましたが、分散登校という形ではあります
が学校生活が始まります。まだまだ今までのように過ごすことは出来ませんが、安心して学校生活を送
れるように、一人ひとりが出来ることをしっかり行っていきましょう。

何か心配なことなどがあれば、いつでも保健室に話に来てくださいね。

6月 保健目標 歯を大切にしよう 梅雨時の健康に気をつけよう

健康診断に関するお知らせ

4～6月に行われている定期健康診断ですが、今年度は例年通りに進めることが難しい
状況にあります。児童の安全に配慮しながら行うため、今後変更になる可能性もあります。
ご了承ください。変更がある際には、毎月のほけんだよりでお知らせします。

内容	日にち	対象学年	提出物・備考
発育測定	6月2日(火)	5・6年生	持ち物：体育着 ※髪が長い人は、身長がきちんと測れるよ うに頭頂部に結ぶのは避けてください。
	6月3日(水)	3・4年生	
	6月4日(木)	2年生	
	6月5日(金)	1年生 欠席者	
視力検査	後日、お知らせ いたします。	全学年	持ち物：眼鏡 ※目を隠すものは、使い捨てを使用予定。
聴力検査		1・2・3・5年生	
尿検査	7月9日(木)	全学年	※前日までに容器を配布します。 必ず当日に持ってきてください。
内科健診	7月9日(木)	5・6年生	※結核健診問診票を配布いたします。 ご記入の上、決められた日時までに封筒に 入れてご提出ください。
	7月16日(木)	3・4年生	
	7月30日(木)	1・2年生	
眼科健診	7月6日(月)	3・4年生	
	7月22日(水)	5・6年生	
	7月27日(月)	1・2年生	
耳鼻科健診	9月16日(水)	1・2・3年生	※耳と鼻をピカピカに。
	9月23日(水)	4・5・6年生	
歯科健診	11月11日(水)	3・4年生	※今年度は1回のみの健診です。 よい歯のバッジは11月末～12月頭に 配布する予定です。
	11月18日(水)	1・2年生	
	11月25日(水)	5・6年生	

歯科関係について



今年度は、春の歯科健診、5年生のRDテスト、4・6年生の歯垢染色、
各学年への歯科指導はありません。

しかし、歯についての意識を高めるためにも、6月8日から2週間分記入
できる「はみがきカード」を5日に配布いたします。

それぞれがめあてをもって歯みがきに取り組み、カレンダー
に色を塗ります。

保護者の方からお子さんへのひとこと欄もありますので、ご
協力をお願いいたします。

6月22日(月)に担任へ提出してください。

登校時の健康観察について

- 熱を測りましたか？
- せきや鼻水などの風邪様症状はありませんか？
- 家族の体調はどうか？

必ず毎朝、お子様の健康観察を行い、健康観察表に記入・押印のうえ登校
させてください。カードによる確認ができない場合、電話連絡をすることがあります。

登校後の早退・連絡について

※37.0℃以上の発熱および症状がある際には引き取りをお願いいたします。

※保健調査票には連絡のとれる番号をご記入ください。

6月1日(月)に保健調査票を配付いたします。

5日(金)までご配付で使用した封筒に入れてご提出ください。

電話連絡について

電話連絡使用の番号

03-3993-4263
080-3415-3869
080-3422-8455

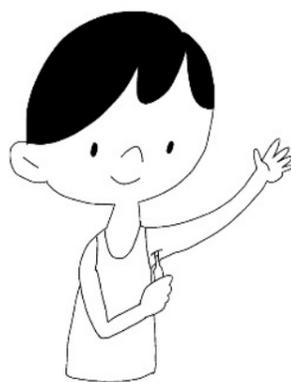
朝の欠席連絡時間 7:45～9:00
使用期間 6月1日(月)～8月31日(月)
※土・日曜日や夏季休業日にはつながりません。
(土曜授業日は除く)

ただ たいおん はか かた かくにん
正しい体温の測り方を確認しましょう！

ただ たい おん はか かた
正しい体温の測り方



あせが付いているとうまく測れないので、かわいたタオルなどで軽くわきをふきます。



わきの下のくぼんだ部分に、体温計の先たんをななめ下から上におし上げるように当てます。



測っている方と反対の手であごを軽くおさえて、わきを閉じ、体温計の音が鳴るまで待ちます。

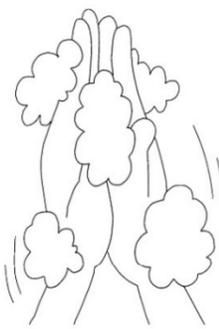
ただ て あら かた かくにん
正しい手の洗い方を確認しましょう！

て あら かた
手洗いのやり方

手を洗うことは、かぜや感染症の予防に有効です。

外から帰ったときや食事の前などに、こまめに手を洗きましょう。

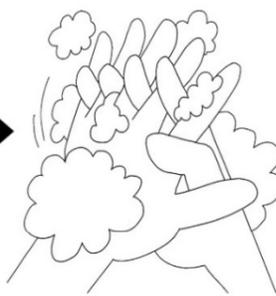
石けんを使って、手のすみずみまで洗い、洗い終わったら清潔なタオルやハンカチで水気をふき取りましょう。



手のひら



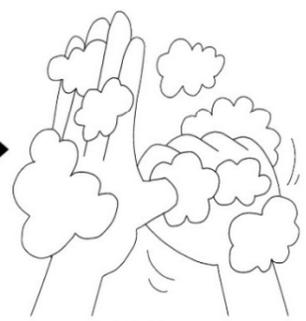
手のこう



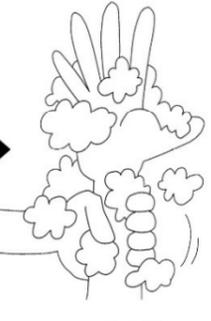
指の間



指先、つめ



親指



手首

ただ かた はず かた かくにん
正しいマスクのつけ方と外し方を確認しましょう！

かた はず かた
マスクのつけ方・外し方

マスクのつけ方



マスクの針金が入った部分を上にして、鼻からあごまで広げます。



針金が入っている部分を鼻に当てて、すき間が空かないように、鼻におし当てます。



マスクの両側に付いたゴムひもを、しっかりと耳にかけて、位置を調整します。

はず かた
マスクの外し方

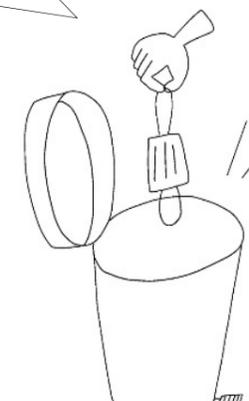


片方の耳にかかったマスクのゴムひもを持ち、中央をさわらずに外します。



中央の部分にさわらないように注意しながら、もう片方のゴムひもを外します。

ビニールに入れて捨てましょう！



ゴムひもを持って、ごみ箱に捨てます。

ひとりひとりが気を付けて、
みんなで楽しい学校生活を送りましょう。