

ほけんだより 9月

令和3年8月27日 北九州市立沼小学校 保健室 平川智美

夏休みは、元気に楽しく過ごせましたか？
がまんの多い夏休みだったと思いますが、少しでもリフレッシュできているといいなあと思います。夏休みの様子を聞かせてくださいね♪

緊急事態宣言が発出され、子ども達への感染も広がっています。登校への不安も大きいものと思います。学校では、より一層の感染対策の徹底を図ります。「朝の健康チェック」「マスク着用」「ハンカチと水筒の準備」等、ご家庭でもご協力をお願い致します。

同時に、残暑による熱中症対策も大切です。早めに布団に入り、たくさん眠って疲れをためないようにしましょう。また、お茶やお水を多めに持ってきて、こまめな水分補給を心がけましょう。

8・9月の保健行事

8月30日	発育測定・視力検査	6年
31日	発育測定・視力検査	5年
9月1日	発育測定・視力検査	4年
2日	内科検診	3年・5の1・5の2
3日	発育測定・視力検査	3年
6日	発育測定・視力検査	2年
7日	発育測定・視力検査	1年
8日	発育測定・視力検査	
		なかよし・たんぼぼ
16日	内科検診	1年・5の3

『朝の健康チェック』の徹底をお願いします！

☆症状のチェックについては、アレルギーなどの日常的な症状など「いつもの体調」と判断できるものは、記入する必要はありません。

『いつもの体調と違う』場合、症状に○印を記入して下さい。

平熱とアレルギーなどの病名をご記入下さい。

《 けんこうチェック表 》													
年 組 名前			平熱 ℃	病名(鼻炎など)									
月	日	曜日	朝の体温	息苦しい	体がだるい	のどが痛い	せきが出る	たんが出る・からむ	鼻水・鼻づまり	味やにおいが 分からない	頭が痛い	げり・吐く	保護者のサイン

毎朝、起床時に体温を測ってご記入下さい。

- ☆発熱や症状がある場合は、症状が消失するまで、自宅で休養されて下さい。欠席扱いにはなりません。また、病院へ受診され、結果の連絡をお願いします。
- ☆発熱や症状のチェックがある場合は、早退の対応となります。

必ずおうちの方の「サイン」をご記入下さい。

『手洗い』をみなおそう！



手洗い VS コロナウイルス 勝つのは手洗い！

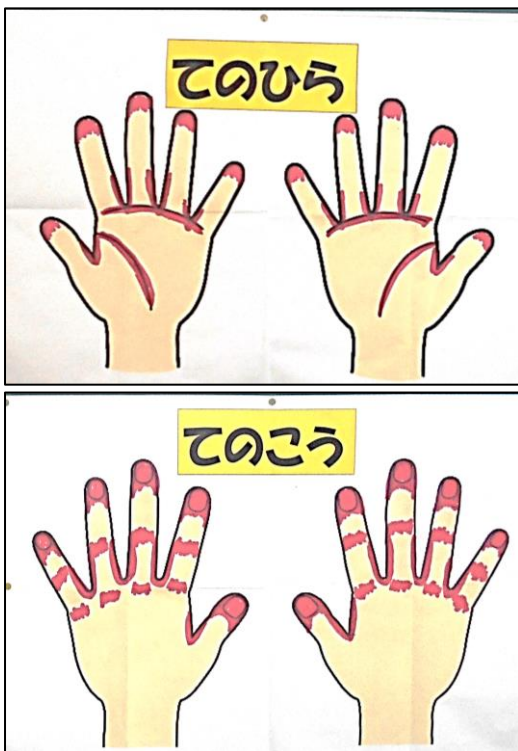
コロナウイルスは体に入ると増殖できますが、物の表面にくっくだけなら時間がたつと壊れてしまいます。でも、くっく物によって24～72時間くらい、感染する力を持っています。この間にウイルスを触ると、手についたウイルスが体の中に入ってくる危険が…！

☆☆☆☆☆保健委員会『手洗い教室』☆☆☆☆☆

保健委員会では、1学期に手洗いチェッカーを使って「手洗いチェック」をしました。その結果、「洗い残しが多い部分」がよくわかったので、「手洗い歌」で洗い方をチェックし、「洗う時」を確認しました。そして、1年生となかよし・たんぼぼに伝えました。

みなさんも、毎日流れている「手洗い歌」の手順を確認しながら、ていねいに洗ってみましょう！

【よく洗えていないところ】



【手洗い歌の手順】

① ① 音楽 おねがい おねがい♪

② ② 音楽 かめさん かめさん♪

③ ③ 音楽 あのさんかくの おやまのうえで♪

④ ④ 音楽 おおかみ おとととと おこちそう♪

⑤ ⑤ 音楽 いそいでバイクを ぶるるん うんてん♪

⑥ ⑥ 音楽 ききいっぽつ つかまえた♪

