

ほけんだより 9月

令和2年9月1日 北九州市立沼小学校 保健室 平川智美



「先生、これ拾ったよ!」と栗を見せてくれた人がいました。あまりの暑さに夏が終わらないのでは・・・とってしまいますが、実が詰まった栗を見て、秋の訪れを感じました。もう少し、暑さとの付き合いが続きそうです。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。

健康診断真っ最中です!

コロナ禍での健康診断は、校医の先生方と感染防止対策を一番に考えて行っています。密を避けるために対象者を絞り、「のど」は診ないようにする、換気や消毒の徹底など、様々な対策を講じています。実施について、ご心配やご不安な点は、学校までご相談下さい。

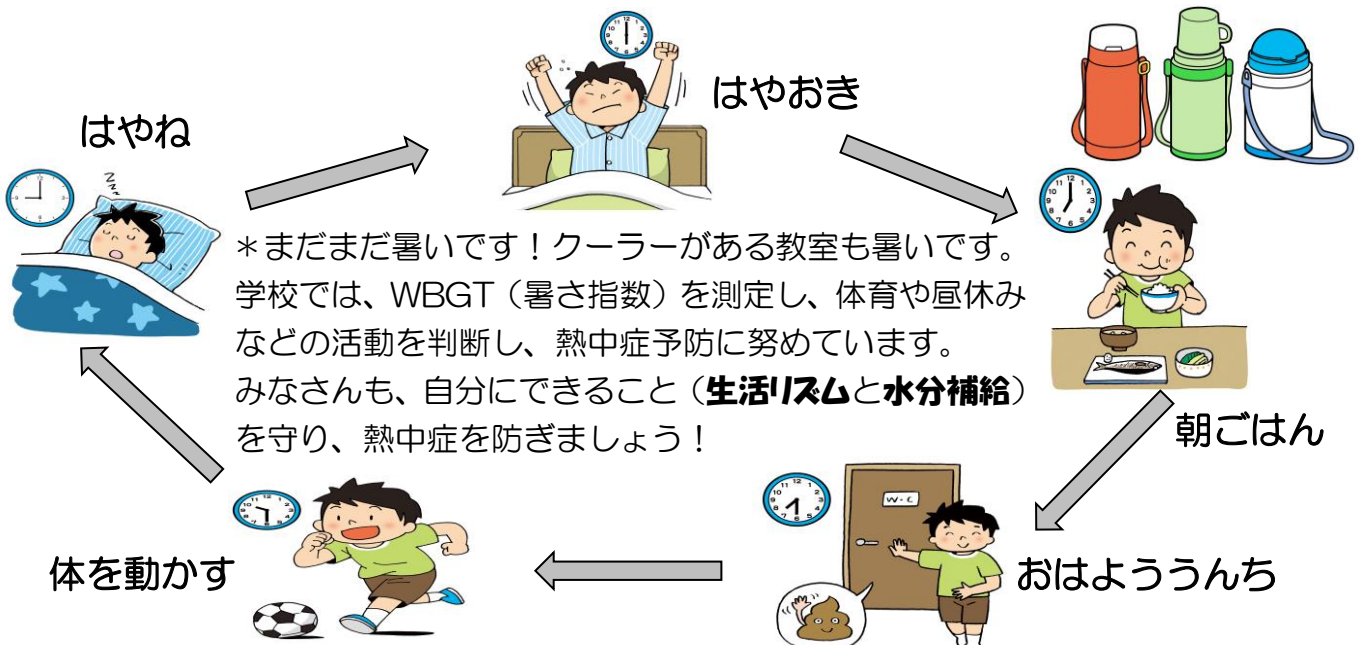
また、「のど」の症状がある場合は、早めに病院への受診をお願いします。

9月の保健行事

- | | | |
|-----|-------|-------------|
| 1日 | 心臓検診 | 1年・市外からの転入生 |
| 2日 | 尿検査① | 全員 |
| 3日 | 内科検診 | 5年・4の2 |
| 4日 | 眼科検診 | 1年・対象者 |
| 9日 | 尿検査② | 1回目忘れた人・再検者 |
| 10日 | 内科検診 | 1年・3年 |
| 16日 | 尿検査③ | 2回目再検者 |
| 17日 | 内科検診 | 6年・4の3 |
| 18日 | フッ素塗布 | 2・3年希望者 |

*歯科検診は、10/20です。

規則正しい生活リズムとたっぷりの水分補給で、熱中症にならないで!



With
コロナ

学校の新しい生活様式

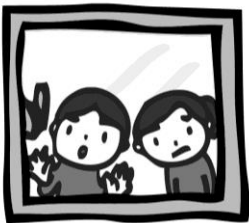
With
コロナ

新型コロナウイルスの正体が、少しずつ分かってきました。文部科学省から出された「学校の新しい生活様式」では、「ウイルスを体の中に入れない」「免疫力(ウイルスと戦う力)を強くする」ことが一番の予防策であり、「3密を避ける」「手洗い」「清掃」「規則正しい生活習慣」を徹底することが大切だとされています。ルールが増えて大変ですが、1つずつ意識して生活すると、いつの間にか身に付いて習慣化します。大変なことや面倒くさいことが「当たり前」に変わるよう、コツコツ取り組みましょう。それが「自分を守る」「大事な人を守る」大きな力になります。

3みつ注意!

「ムンムン」

しめぎったへや・たてもの



「ギュウギュウ」

ひと ちか ばしょ
人がたくさんいる場所

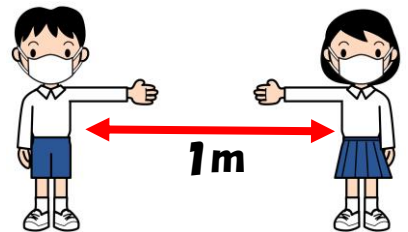


「ガヤガヤ」

ひと ちか ばなし
人と近づいて話をする



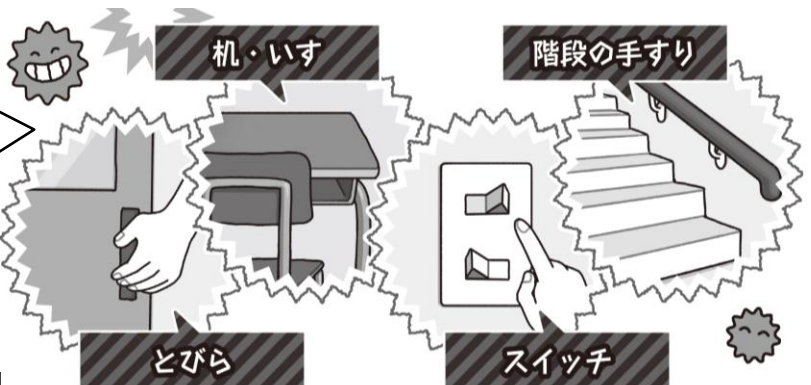
ソーシャルディスタンスを守ろう!



ていねいな掃除!



しっかり拭こう!



必ず手洗い! ~こんな時~



そと きょうしつ はい
外から教室に入るとき



せき やくしゃみ、はな
咳やくしゃみ、鼻をかんだとき



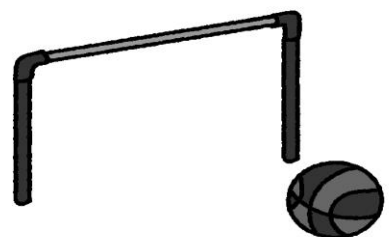
きゅうしょく ちゅうしょく ぜんご
給食(昼食)の前後



そうじのあと



トイレのあと



きょうゆう きわ
共有のものを触ったとき