

ほけんだより 8.9月



R4. 8. 29

深谷市立大寄小学校

夏休み中は元気に過ごすことができましたか？

昨年と違い、行動制限が少しゆるんだ夏の休みでしたが、コロナの感染予防をしながらの夏休みを有意義に過ごすことができましたでしょうか？



楽しい思い出がくれたでしょうか？

まだ、残暑のきびしい日が多いと思いますが、学校生活のリズムに切り替え、勉強や運動にと、がんばっていきましょう。

8・9月 保健行事

※状況により予定が変更になることもあります

8/ 30 (火)	身体測定	1・2・3年
31 (水)	身体測定	4・5・6年・けやき
9/ 21 (水)	親善・修学旅行前 内科検診	6年



*身長も測定しますので、頭の上で結ぶ髪型は、避けてください。



新型コロナウイルス感染予防のご協力のお願い

お家の方へ

新型コロナウイルスが感染拡大しています。2学期が始まるにあたり、学校では、感染予防をもう一度気を引き締め対応していきますので、ご家庭でもご協力をお願いします。感染力の強い変異ウイルスの感染予防も基本は同じです。



<感染しやすい条件1つ1つを回避するように心がけましょう>

密閉 ×

換気をしよう

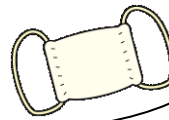
密集 ×

集まらない

密接 ×

人と人との距離をとる

- こまめに手洗いをしましょう。外から帰ったら、手洗い・うがい（顔洗いも効果あり）を忘れずにしましょう。アルコール消毒も効果があります。
- 病気に対する抵抗力を高めておきましょう。（睡眠時間をしっかりと、バランスのとれた食事をとる～規則正しい生活）
- きちんとマスクをしましょう。（熱中症予防等でマスクを外す場合は、話をしない、2m以上距離をとるようにしましょう。）



お子さんとご家族の朝の検温と健康観察をお願いします。「健康観察チェック表」は、学校のある日は必ず提出します。具合が悪い場合は、無理せず休ませてください。



① 「生活習慣振り返りシート」実施にご協力をお願いします。

8/30(火)～9/5(月)

こちらのシートを活用し、お子さんの夏休みから学校生活へのリズムへ切りかえがスムーズにできるように、また、規則正しい生活をする事で、感染予防にもなります。ご協力をお願いします。



② 感染予防のため、忘れずに毎日持たせてください。

- ・「健康観察チェック表」（毎朝検温）**重要**
- ・ハンカチ（タオル）できれば2枚
- ・予備のマスク（ランドセルの中へ）
- ・水筒を持たせてください。

*お子さんと一緒に確認をお願いします。



③ 8/30(火)から給食が始まります。給食に必要なセットの準備と給食後の歯みがきセットを準備してください。

毛先が広がっていませんか？毛先が広がっては上手にみがけません。交換は1ヶ月以内が目安です。



④ うわばきのサイズがお子さんの足に合っているか、確認をお願いします。



⑤ 生理用ナプキンについて・・・学校用の緊急備品として市から配布されています。学校で急に必要となった場合にも使用できますので、お子さんに伝えておいてください。

⑥ すり傷の手当てについて・・・回復が早く、傷跡が残りにくい湿潤療法の方法へ少しずつ変えています。

保健室で準備できる資材で湿潤療法を行っています。泥や汚れが落とせるすり傷については、湿潤療法を行っていますが、ラップの付いたガーゼで傷を覆う場合があります。ご了承ください。お家では、専門のバンソウコウ（キズパワーパッド等）に交換してください。



休みモードから学校モードへ 朝の習慣をシフト!



まずは朝10分早くおきてみる



朝、バタバタしないよう前の日に準備しておく



朝食後に出なくても便座にすわってみる



睡眠時間は大事夜は早く寝る