

ほけんだより

5月号

2021. 5. 7
ささやましよう ほけんしつ
篠山小・保健室



わかば 若葉がさわやかな季節になりました。

あたらしい 学年にも慣れ、毎日元気な声が聞こえています。欠席もほとんどなく元気に登校できています。

しんがつき 新学期の疲れが出てくる頃です。十分な睡眠をとり体と心を休めましょう。

また、朝晩と昼間の気温差が大きく、体調を崩しやすいです。注意しましょう。

【引き続き朝の検温をお願いします】

コロナ感染症予防のため、毎朝健康観察をしましょう。

検温は朝必ずしてください。観察表は毎日提出します。

観察表はすでに配っていますが失くした人は担任の先生にもらいましょう。

朝熱があるときや調子が悪いときはおうちのひとと相談し無理な登校はしないようにしましょう。

欠席する場合は朝9時までに学校へ連絡してください。

マスク、手洗い用のハンドタオルの準備、検温や観察表の記入などおうちの方のご協力をお願いいたします。

マスクは汚したり失くしたりしますので、予備を持たせてください。



【5月の保健行事】

4月からたくさんの方の問診票の記入などお世話になっております。

感染に注意しながら検査や健診を実施しています。

緊急事態宣言が出ているため、歯科健診、内科健診は6月へ変更しました。

5月 7日(金) 心電図検査 (1. 4年)



4月からたくさんの方の問診票の記入などお世話になっております。引き続きご協力をお願いいたします。

健診や検査の結果、専門の機関の検査等が必要な時は個別にお知らせしています。

質問や相談などがある場合は学校へ連絡してください。

【熱中症に注意しましょう】

昼間の気温が高くなり始めています。気温と湿度が高くなると熱中症になりやすくなります。

感染予防のためマスクをしていると、体の熱がこもりやすく息苦しくなります。

人との距離を十分にとり必要に応じマスクは外します。水分をこまめに補給して熱中症に注意しましょう。

(人との距離は両手を広げてあたらない距離を目安に、お互いが注意しましょう。)

【外で遊ぶ時の注意】

・ケガをしないように遊ぶ。遊具は正しく使う。友達どうしで危険な遊びは注意しあう。

・帽子をかぶる。休憩しながら遊ぶ。

・水分補給をする。一度にたくさん飲まない。一日分のお茶を持ってくる。

・遊んでいる時も、人の近くでは大きな声を出さない。



