

令和2年6月9日(火)
 杉並区立高井戸第四小学校
 校長 細川 猛彦
 養護 坂田 晶子

ほけんだより

学校が再開して一週間と少し経ちました。でも、新型コロナウイルス感染症が治まったわけではありません。学校での生活も今までの生活とは少し違った「新しい学校生活のルール」を日常に取り入れて過ごしていく必要があります。みんなで励まし合って、お互いに思いやりの心を大切にして過ごしていきましょう。

養護教諭の坂田晶子です。子供たちが元気に過ごせるよう、今年度も保健室から精一杯応援していきたいです。どうぞよろしく
 お願いいたします。



保健室はみんなの元気をお手伝いします

<おほえてね！保健室のやくそく>

<p>入るとき・出るときに あいさつをしましょう。</p>	<p>いつから・どこが・どうしたか 教えてください。</p>
<p>休んでいる人がいます。 保健室では静かに過ごします。</p>	<p>保健室のものをつかう時には、 ひと声かけてください。</p>

- ・くすりは、あげられません。
- ・けがを毎日続けてみてあげることは、できません。
- ・体調不良で休養しても回復しないときにはお迎えをお願いしています。
- ・お家でのけがは、ご家庭での手当をお願いします。

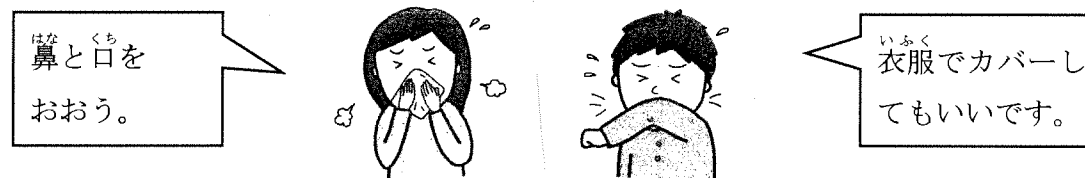
こんなことに気をつけて、新型コロナウイルス感染症を予防しよう。

新型コロナウイルスは、かぜと同じでだれでもかかることがあります。かかった人が、わるいではありません。もし、体調がわるいお友だちがいたら、はやくげんきになるように、みんなでおうえんしましょう。そして、みんなで感染予防をがんばりましょう。

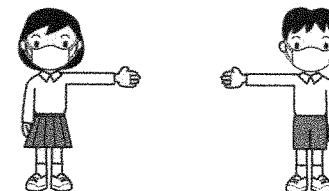
☆ていねいな手洗い

<p>①おねがいのポーズ 手のひらをあらおう</p>	<p>②かめのポーズ 手のこうをあらおう</p>	<p>③おやまのポーズ ゆびとゆびの間をあらおう</p>
<p>④おおかみのポーズ つめとゆびの間をあらおう</p>	<p>⑤バイクのポーズ おやゆびをあらおう</p>	<p>⑥つかまえたのポーズ 手くびをあらおう</p>

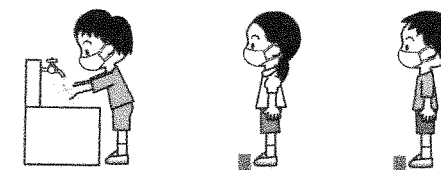
☆せきエチケット：マスクをしていても次のことに気をつけよう



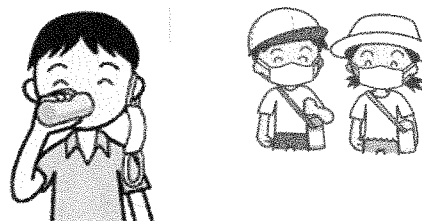
☆お友達との距離に気を付ける



間をあけてならびましょう



☆こまめに、お水をのみましょう。



- ・マスクをしてると、のどがかわいていることに、気がつきにくくなります。こまめに、水分をとりましょう。
- ・十分な量の水筒を持ってきましょう。

保護者の方、裏面をご覧ください。

保護者の方へ（重要）

毎日の健康観察記録用紙のご記入ありがとうございます。引き続き、新型コロナウイルス感染予防対策へのご協力をお願いいたします。

朝の健康観察

*朝、検温をし、お子さんが元気かどうか、健康観察記録用紙の記入を保護者の方がしてください。

*体調がすぐれないときには無理して登校させず、御家庭で様子を見てください。

学校で体調が悪くなった時

*様子を見ても体調がすぐれず授業に参加できなかつたり、平熱よりも熱が高い場合にはご連絡します。お忙しいかと思いますが、短時間での保護者の方のお迎えをお願いします。

*新型コロナウイルス感染症予防対策として、保健室とは別の部屋で保護者のお迎えを待つこともあります。また、職員がフェースシールドや防護のためのものを着て対応することがありますので、ご理解ください。

日々の健康管理

*手洗いの習慣作りやマスク、ハンカチや汗ふきタオルの準備をお願いします。

*ウイルスに負けない体をつくるためにも、早く寝て体を休められるようにご家庭でもお声掛けください。

*これからの季節は熱中症にも注意が必要となります。十分な量の水筒を持たせてください。

*学校では、石けんを使っての手洗いを励行しますが、手指消毒のアルコールを使うこともあります。肌荒れ等で使用できない場合は、お子さんに使わないよう話しておいてください。

健康診断について

*2学期以降に延期となっていましたが、1学期から3学期にかけて行うこととなりました。いろいろな状況で急な変更があるかもしれませんが、ご予定おきください。

6月15日（月）～18日（木）：発育測定（全校）・聴力検査（1235年）

7月 2日（木）：内科検診（136年）体育着を忘れずに

7月 9日（木）：内科検診（245年）体育着を忘れずに

7月16日（木）：眼科検診（全）

・耳鼻科検診、歯科検診、視力検査、色覚検査は2学期に行う予定です。

学校医の先生



今年度もお世話になります。

内科	塚田重城先生	宮前5-15-21 久我山クリニックモール内201	5336-6626
眼科	田中悦子先生	宮前5-13-21	3333-3363
耳鼻科	石井純子先生	荻窪5-16-20-3F	3398-3387
歯科	秋山 彰先生	西荻南3-8-9-畠中ビル2F	3333-5338
薬剤師	内田真理先生	荻窪4-21-17 杉並区薬剤師会	3393-1732