

おうちの人といっしょによんでください

# ！ほけんだより！ 6月

令和2年 6月 1日  
横浜市立日限山小学校  
校長 岡崎 陽子  
養護教諭



学校が再開し、久しぶりに友だちや先生方と会ったという人も多いと思います。学校では、感染症の予防についてみんなで考え、取り組みながら、生活していきます。

## <学校での感染症 対策…学校に来たときにみんながやること>

- 登校後、教室に荷物を置いたら、石けんで手洗いをします。
- 感染症予防についてのビデオを放送して、子どもたちみんなが感染症に気をつけて生活できるように指導をします。

## 《ビデオの内容》

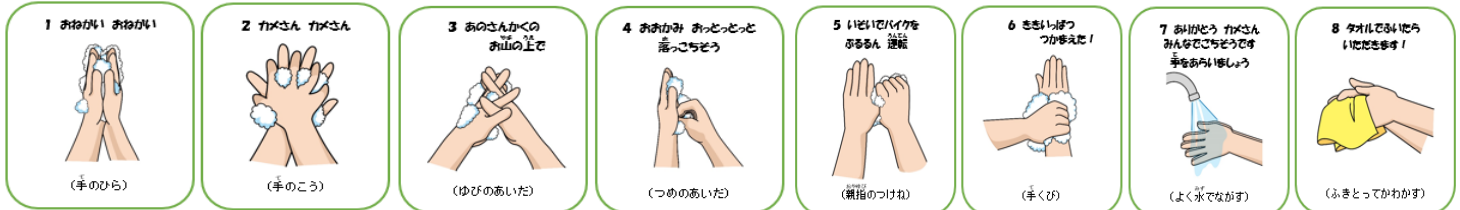
### →1、感染症について

…感染症のウイルスは、つば・せき・くしゃみの中において、そのウイルスを吸い込むことで人から人へ感染する。また、手についたウイルスが口や鼻から自分の体に入ってしまったたり、ウイルスがついたところを別の人がさわって、その手にウイルスがつき、別の人もかかってしまう…というように広がる。

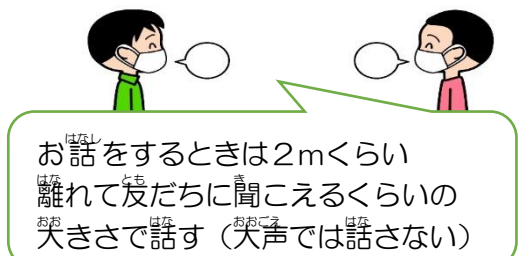
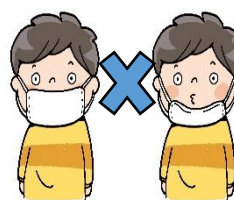
### 2、感染症予防法について

①手洗い…あわあわ手洗いというたを紹介（お家でも一緒にやってみてください。）

♪あわあわであわめろうた♪ 正しい手洗いで自分の体を守ろう！！ 石けんを1回フッシュして乾燥OK！



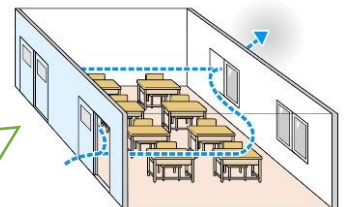
### ②咳エチケット・ソーシャルディスタンス



### ③換気



閉め切った部屋では、ウイルスが増える。そのため、教室や廊下の2か所以上の窓や教室のドアを開けて、換気をする



### ④免疫力を高める



私たちの体には、免疫といってウイルスから体を守ってくれるバリアがある。そのバリアを強くする、感染症にかかりにくくする方法は…

早ね早起きでよく寝ること・栄養のある食事をとること・体を動かすこと



**<学校での感染症 対策 続き>**

- 並ぶときや教室内では、友だちとの間隔を空けるようにします。
- 子どもたちの下校後には、学校内を次亜塩素酸ナトリウムで消毒をします。



**<学校で発熱、体調不良になった場合>**

感染症の感染拡大予防のため、学校で様子を見ることはせず、早退となります。

**<各ご家庭で協力してほしいこと…保護者の方へのお願い>**

- 毎日の持ち物として以下の4つをご用意ください。
  - ①マスク（ご家庭にあるマスクでも学校再開日初日にお配りしたマスクでも良いです。）  
※マスクをなくしたり、汚したりしたときのための予備用マスクもあると良いです。
  - ②清潔なハンカチ・ティッシュ（毎日きれいなハンカチを身に着けられるようにご準備ください。）
  - ③水筒（中身はお茶か水にしてください。）
  - ④マスクを外した場合に一時的に保管する清潔な袋やケース⇒例えば、ジッパー付きの袋や給食袋等の袋（マスクの表面には触れず、内側を折りたたんで入れます。）
- 毎朝の健康観察をお願いします。
  - ・健康観察票に体温を確実に記入してから登校させてください。
  - ・発熱、頭痛、腹痛、気分不良等、具合が悪い場合には、登校させず、ご家庭で様子を見てください。
  - ・息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱等の症状がある場合は、帰国者・接触者相談センターやかかりつけ医にご相談の上、学校にもご連絡ください。
- 新型コロナウイルス感染症にかかった場合や濃厚接触者は、学校保健安全法の学校感染症に指定されています。そのため、出席停止となります。《出席停止期間：感染者と最後に濃厚接触をした日から起算して2週間》



- ★体育着を忘れずに持ってきましょう。
- ★髪の毛は身長計にあたらないように結びましょう。

はじめの健康診断は**身体計測**です！

身長と体重を測ります。

6月 3日 (水)	6年生
6月 4日 (木)	5年生
6月 5日 (金)	4年生
6月 8日 (月)	3年生
6月 9日 (火)	2年生
6月10日 (水)	1年生・個別級

計測が終わったら一度、お家に健康手帳を返します。

**<チェックすること>**

- ①表紙：新しい学年のところに組・番号を書く。
- ②4～5ページの身長・体重を  
1～3年生は7ページにうつして、色をぬる。  
4～6年生は8・9ページをうつして、グラフを作る。
- ③身長・体重の保護者印のところに印鑑（はんこ）をお押ししてもらう。
- ④1～3年生は 6ページ  
4～6年生は10ページのグラフに身長と体重を点でしるしをつけて、今までの点とつないでおく。

★④までできたら、健康手帳を学校にもってきましょう！

