

ほけんだより 8月

令和2年7月31日
横浜市立平沼小学校
校長 長谷川 絹子
養護教諭 遠藤 梨那

梅雨明けが待ち遠しいですが、いよいよ夏休みになります。今年は16日間しかありませんが、新しい生活様式による慣れない学校生活で頑張っていた子どもたちがリフレッシュできるよい期間になることを願っています。引き続き、感染症対策や熱中症対策をしっかりと、からだところを元気にしましょう。

keep

感染症対策

人と人のあいだをあける
(ソーシャルディスタンス)

マスク・せきエチケット

手をあらう/しょうどくする

こまめにかんきをする

熱中症対策

上手に水分補給

ポイント
は?

軽い脱水症状くらいでは、まだ「のどが
渴いた」とは感じません。でも、汗とともに
体内の水分はどんどん失われていきます。

だから… ちよつとずつ 3まめに

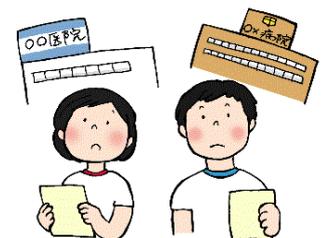
水分補給が大切!

学校病治療券について

生活保護、就学援助の認定を受けたご家族を対象に「学校病治療券」による疾病の治療が適用される場合がございます。詳細は4月にお配りした「就学援助のお知らせ」をご参照ください。なお、小児医療助成制度との併用はできませんのでご了承ください。ご不明な点につきましては、養護教諭までお問合せください。

受診のおすすめについて

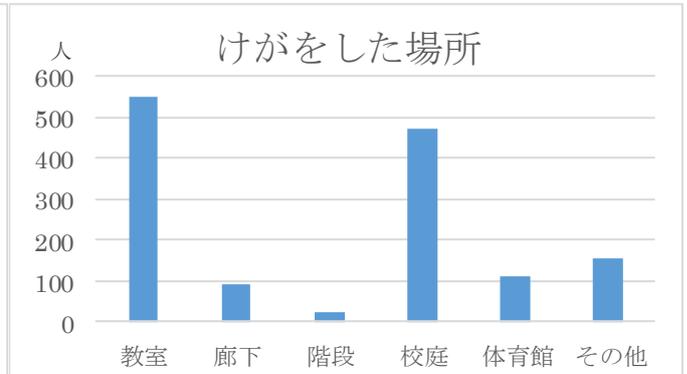
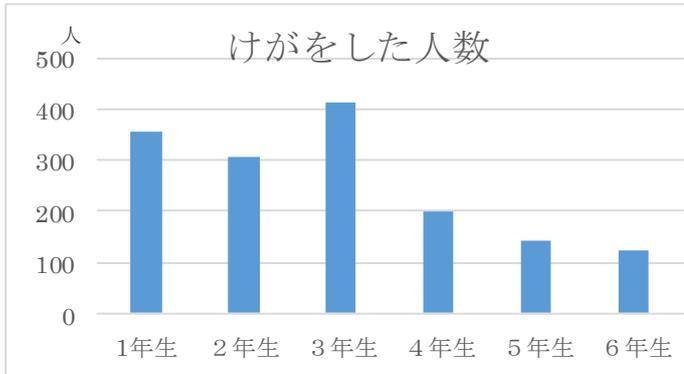
学校の健康診断では、病気の可能性の有無がわかります。学校で行うのはスクリーニングなので、「受診のおすすめ」を受け取られたら、医療機関への受診をおすすめします。



ほけんもくひょう 8・9月の保健目標

けがをしないように気をつけてすごそう

去年のけがをした児童の人数は次の通りです。けがをしないように気をつけてけが0を目指しましょう！



【令和元年度】

学校でけがをした場合は、医療費等の給付金を受けることができます。
独立行政法人日本スポーツ振興センターのホームページをご参照ください。
詳細は「災害共済給付制度」のお知らせをご覧ください。



歯みがきカレンダーをくばります。みがき残しがないように気をつけて夏休みも毎日みがくようにしましょう。提出日は8月17日（月）です。よろしくお願いします。

布マスクの洗い方

- 桶の中の水に衣料用洗剤を入れて溶かす。
(水2ℓに洗剤0.7gくらいが目安)
0.7g=小さいスプーン1/2くらい
- その中にマスクを10分間つけておく。
- 10分後、マスクを軽く押し洗います。
(もみ洗いしない!)
- 新しい水で十分すすぎ、手で水気を切る。
※汚れが気になる場合は、4の後、水1ℓに塩素系漂白剤15mℓを溶かした液に10分間浸します。水を2回替えて十分にすすぎ、5 6を行います。
- タオルにマスクを挟み、たたいて水気をとる。
- 形を整え、陰干しして自然乾燥させる。

参考：厚生労働省、経済産業省YouTube metichannel「布マスクをご利用のみなさまへ」