

ほけんだより 6月号



令和2年6月1日
 横浜市立綱島東小学校
 校長 三橋 国雄
 養護教諭 針生さとみ

やく げつ ぶんさんとうこう がっこうせいかつ はし ひさびさ とうこう きんちょう などさまさま
 約2か月ぶりに分散登校での学校生活が始まります。久々の登校で緊張やわくわく等々々々
 きもちがあるとおもいます。お友達や先生との関わりを通して、少しずつ学校生活に慣れていきま
 しょう。そして感染症対策の為、学校でもうがいと手洗いを続けていきましょう。

○生活リズムを整えましょう。



はや ね
 早めに寝よう



あさ はん
 朝ご飯をたべよう



など うんどう
 ストレッチ等の運動をしよう

○毎日の手洗いとうがいを引き続きいていねいに行いましょう！

<うがいの方法>

①ぶくぶくうがい



「ブクブク」と口の
 なか
 中をゆすいで、
 くち なか
 口の中のよごれな
 と のそ
 どを取り除きます。

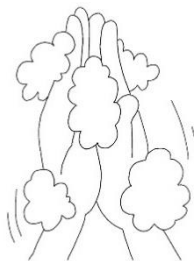
②ガラガラうがい



うえ む
 上を向き「ガラガラ」と
 のどをすすぎます。
 のどのおくのよごれを
 と
 取ります。

<手洗いの方法>

①



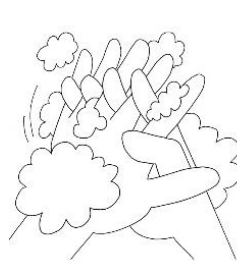
て
 手のひら

②



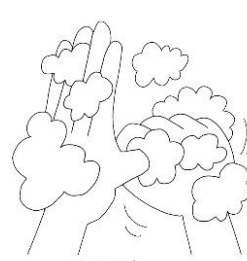
て
 手のこう

③



ゆび あいだ
 指の間

④



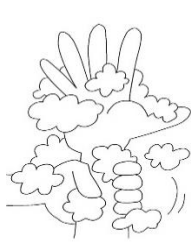
おやゆび
 親指

⑤



ゆびさき
 指先、つめ

⑥



てくび
 手首

⑦



さいご
 最後はハンカチで
 しっかりとふこう

保護者の方へのお願い

○毎日の検温と健康観察票の提出をお願いします

新型コロナウイルス感染症対策の為、引き続き毎日の検温をお願いします。以前お配りした健康観察票に体温や咳の有無など健康状態をご記入いただき、毎日学校にご提出ください。

毎日のことで大変と思いますが、目で見て、触れて、お話をし、お子さんの体調の把握をよろしくお願いします。朝からお子さんに体調不良がみられた場合は、ご家庭での休養をしていただくようお願いいたします。登校後、体調不良がみられた場合は、感染症予防の観点より保護者様にご連絡をし、お迎えにきていただきます。ご理解のほど、どうぞよろしくお願いいたします。

健康観察をするポイント



せき
咳やくしゃみ
の有無



はつねつ まつう
発熱・頭痛
の有無



かおいろ わる
顔色の悪さ
息苦しさはないか

見て、触って、お話をし、お子さんの健康状態を把握していただけたらと思います。



○登校の際は、必ずマスクの着用をお願いします

感染症予防のため、お子さんには必ず、マスクの着用のご指導をどうぞよろしくお願い申し上げます。文部科学省から配付された布マスク等、ご家庭にあるマスクをつけての登校をお願いします。もしご家庭にマスクの予備（バンダナ・口と鼻をおおえる大きめのハンカチ等でも可）があれば、ランドセルに入れていただくと大変助かります。保護者様も学校に来校される際は、マスクの着用のご協力をお願いいたします。



○水筒をお子さんに持たせてください。

水道場を、手洗い、うがいのみの使用とするため、ご家庭で水筒をご用意ください。梅雨の時期に入ると蒸し暑くなり、水分を取る量が増えることが予想されます。飲み物は多めに準備ください。



○お子さんの健康状態についてのご相談等

休校期間中にお子さんの心身を含めた健康状態等でご心配なことがあり、学校にお知らせすることがあれば、連絡帳等でご連絡をいただけたらと思います。

