



横浜市立川和小学校  
2020年6月26日発行  
校長 田中 公明  
養護教諭 実川 奈々

川和小学校のみなさん、いよいよ7月から給食が始まりますね。先生はこの白がはやくこないかとおなかをすかせて待っていました！そして、元通りの生活にまた一歩近づきましたね。みなさんが、手洗い、マスクをつけること、密をなるべく避けることをがんばったおかげです。ありがとう。これからも、続けていこうね！



### 健康診断が始まりました

身長・体重測定が終わりましたね。来月から、視力(見る力)、聴力(聞く力)などの測定をします。1年生のみなさんは小学校で初めての身体測定でしたね。先生の言うことをしっかりきいて、静かに受けることができました。先生からお願いです。欠席などで身体測定を受けられなかった人は休み時間に健康手帳をもって、保健室に測定しに来てください。よろしくお願ひします。



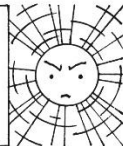
体操服を  
忘れずに  
持ってきてね

### 朝、何時に起きていますか？

気分が悪いと言って保健室に来るお友達から気になることを聞きました。「僕、朝3時におきてゲームしてる！」「朝4時に起きてyoutube みる！」ええ～！！早起きはいいことだけど…急に暑くなるこの時期は熱中症になりやすいです。特にその中でも、寝不足が一番避けたいことなのです。もうすこしゆっくり眠って、元気に学校にこよう！

### 熱中症 になりやすい条件は？

- 環境**
- ・急に気温が上がる
  - ・温度や湿度が高い
  - ・日差しが強い
  - ・風が弱い



- 体の状態**
- ・暑さに慣れていない
  - ・体調がよくない(病気、睡眠不足等)
  - ・肥満気味

### 給食の前後に手洗いをします

7月から始まる給食！どんなメニューでしょうか。楽しみですね。そして、給食に新しいルールができます。それは、給食の後の手洗いです。給食の前の手洗いは今までと同じですね。ごちそうさまの後に手を洗う。ルールを守っておいしい給食を楽しみましょう。

### 保護者の皆様へ

学校再開三期を迎えることができますのも、保護者の皆様のご協力あつてのことです。いつも感染症予防へのご協力ありがとうございます。

さて、三期からは学校給食も再開となり、マスクの着用がより一層重要になります。そこで、教育委員会から配布されたマスクをご家庭へ学級を通してお配りします。再三のお願いにはなりますが、児童においては着用しているもののみでなく、予備のマスクも持たせていただくようよろしくお願いいたします。

### 「先生、あのね」週間です。保健室バージョンも作ってみました！

名前を書いて、あのね…なお話がある人は実川先生までどうぞ。

