

「ほっ」❤️ とする保健室からのほけんだよ!



令和4年9月1日
第5号
牛島小学校保健室

ほっとけんしつ

2学期がスタートしました

始業式の日教室を回ると遠くから大きく手を振ってくれる子、元気にあいさつをしてくれた子、夏休みの出来事を笑顔で話してくれる子が多く充実した夏休みが送れたことが伝わり心温まりました。さて、一年間の学期の中で一番長い2学期のスタートです。全国的にコロナウイルスの感染者が多い状態が続いています。現在流行している変異株（BA5）は感染力が強く、38度以上の高熱、倦怠感を訴える人が多いようです。今後も学校では、しっかり感染対策を行いながら生活をしていきます。みなさんも自分のため、みんなのためにできることを確実に行っていきましょう。

夏休み明けなので

学校での感染症対策を思い出してみよう

1【登校時の消毒】

○昇降口での消毒をしましょう。

- ・昇降口に消毒液がおいてあります。消毒をしっかりと行ってから教室に入るようにしましょう。
- ・アルコールで手が荒れてしまう人は、水道でしっかり手を洗いましょう。



2【手洗いと水道の使い方】

○こまめに石けんで手を洗い消毒をしましょう。

- ・外から教室に入るとき（登校後、業間後、昼休み後、体育など外からの活動後）
- ・トイレに入ったあと（トイレのレバーやドアノブにはウイルスがたくさんいます。しっかり洗い流しましょう）
- ・食事の前は丁寧に手洗いしましょう。

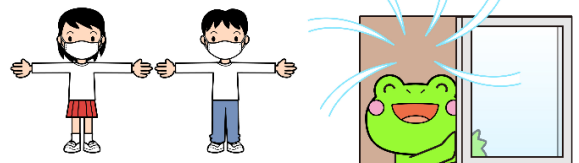


○水道の使い方

- ・水道は静かに間隔をあけて使いましょう。
- ・使い終わったら水道の蛇口も水で流してきれいにしましょう。

3【3密の防止】

- 両手を広げてぶつからない距離をとりましょう。
- 教室内の換気をしっかりとこないましょう。
- 教室内ではマスクをして飛沫が飛ばないようにしましょう。



病気・けがを予防しよう



9月の保健目標は「病気・けがを予防しよう」です。1982年に厚生労働省が9月9日を救急の日と決めました「9（きゅう）9（きゅう）」の語呂からこの日になったそうです。さて、「救急」とは何でしょうか。それは、急に病気になった人やケガをした人の応急手当てをすることです。9月の保健目標では救急をとおして以下の2点を重点的に考えていきましょう。

- ① 予防して病気やけがをしないように考えていきましょう。
- ② 病気やけがをしたときに自分や周りの人ができることを考えていきましょう。

① けが予防について考えよう



けがの状況

休み時間が終わって急いで教室に戻ろうとしたら廊下の角から、走ってきた友達とぶつかって口の中をきってしまいました。

昨年考えてくれた対応策

- ① 右側を走りぬく
- ② ろう下を走らない
- ③ ようやくをもちもどって帰る

- ① ぶつからない
- ② 時間を守る行動
- ③ おしめをしない

- ① 廊下を歩かずに
- ② 角で立ち止まる
- ③ 目撃者による

- ① 走らない
- ② 時間によろをもつ
- ③ 右側通行を守る (おたか)

- ① 走らない
- ② 休み時間が終わる前に教室に入る
- ③ 右側通行を守る

- ① 歩くときはよくまわりを見る
- ② おちついて歩く
- ③ ろう下は走らない

- ① ポスターとかをつけてかまにはいりみんなにきついてもいい
- ② 急いでいても、右側通行を守る
- ③ 急いでいても、はしらない

気をつけることを意識するだけで予防につながる



② 病気やけがをしたとき、自分や周りができること考えよう

たおれてしまった



みんなの考え

例えば...
119番通報大人に助けを求める。



みんなの考え

例えば...
水道で傷口をきれいに洗う。

ころんでしまった

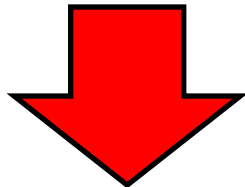
自分だったらどうする？吹き出しに書いて考えておき実践できるようにしよう！



9月のうしじまハッピータイムのお知らせ

9月のうしじまハッピータイム

9月8日(木)を予定しています。相談の希望がある場合には下の申込書に書いてもってきてください。



困ったことがあってお話したい、モヤモヤすることがあってどうしたらよいかわからない、ちょっと話をきいてもらいたいなど保健室の先生が話をきく時間です。昼休みや業間など時間に行きます。毎月「8」のつく日にやります。毎月のほっとけんしつに申込書をつけておきますので相談がある人は紙に書いて保健室にもってきてください。



相談が多い場合には、日にちを分けて行きます。

うしじまハッピータイムの申し込み

相談を希望する人は切り取って保健室にもってきてください。

ねん 年
くみ 組
なまえ 名前

相談したいこと

のこと

うしじまハッピータイムの日時決定

ねん 年
くみ 組
なまえ 名前

さんへ

9月 日() 時~ 保健室にきてください。

テーマ

わたしの「えがお」のつくりかた



牛島小学校のみなさんの笑顔は周りの人々を元気にする力をもっています。

みなさんは生活の中で様々な経験をおして楽しいこと、時にはつらく苦しいこともあると思います。楽しい時は、自然と笑顔が作れますよね。つらく苦しいときには気持ちが落ち込んでモヤモヤしてしまうこともあるでしょう。そんな時に立ち直ろうと好きなことをしたり、リラックスしたりして元気を取り戻していると思います。2学期は運動会、校外学習、修学旅行、音楽会などたくさんの学校行事があります。元気に楽しく参加できるように「えがお」で取り組んでほしいと願っています。

そこで、牛島小学校のみなさんからわたしの「えがお」のつくりかたを募集します。みなさんから集まったものを掲示板やほっとけんしつで紹介をしていきたいと思ひます。そこでお友達のやっていることを見ても新しく発見できることもあるのではないのでしょうか。いつも投稿コーナーにたくさん応募してくれる牛島小学校のみなさんからの素敵なえがおのつくりかたを楽しみにしています。

かなら か
↓必ず書いてね

年 組 名前

採用されたらカラー版
「ほっとけんしつ」を
プレゼントします！

☆当てはまる番号に○をつけてください

●ほっとけんしつに採用されたら名前を載せてもいいですか？

(1 のせてもいい 2 イニシャルがいい)

●保健室前の掲示板に名前を紹介してもいいですか？

(1 紹介していい 2 イニシャルがいい)

わたしの「えがお」のつくりかた



先生はのんびりしながら愛犬のドーベルマンを触っているとき笑顔になれます！



書けたら保健室にもってきてね

低学年のみなさんはお家の人と考
えてみましょう。

