



保健だより

No.10

令和3年 1月13日
多摩市立豊ヶ丘小学校
校長 小畑 行広
主任養護教諭 新井あづ紗



2021年がスタートしました。東京都では二度目の緊急事態宣言が出されるなど、新型コロナウイルス感染症の流行が続いています。学校では、引き続き三密を避け手洗いや換気を徹底するなど、感染症対策に留意してまいります。ご家庭でも感染症予防に努めていただきますよう、よろしくお願いいたします。引き続きのお願いになりますが、下記の点について再度ご確認ください。

～新型コロナウイルス感染症予防のためのお願い～

1. 毎日の健康観察と健康観察表への記入をお願いします。

冬休み明け、検温忘れが多くなっています。(教室に入る前に保健室で検温しています。)

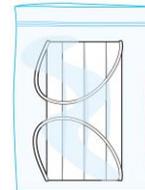
登校前にお子さんの体調をご確認の上、サインをお願いします。

体調が優れないとき、またご家族が体調不良の場合は、ご自宅で休養させてください。欠席ではなく出席停止の扱いになります。

また、夜と学校が休みの日も必ず検温してください。

2. マスクの予備を持たせてください。

マスク忘れや破損、紛失等がありますので、ランドセルの中に予備のマスクを数枚入れておいてください。



3. ハンカチ・ティッシュを持たせてください。

手を洗う機会がとても多いため、忘れないよう声かけをお願いします。

ハンカチは大きめの方がよいです。



みんなの健康を守るために 大切にしたい合言葉

あいてますか



～身体計測・健康カードについて～

12日から身体計測を実施しています。体育着を忘れないようお願いいたします。身長を正確に測るため、髪を結んでくる場合は2つに分けて結ぶようにしてください。

計測が終了した学年から、健康カードをお返ししています。1年生～5年生はご覧になりましたら押印をし、すみやかに担任へ提出してください。6年生は最後の計測になりますので、ご家庭で保管してください。

かぜ・インフルエンザ・新型コロナウイルスを予防するには？



うがいをする



こまめに手を洗う



マスクを着用する



こまめにかん気をする



栄養バランスのよい食事



毎日運動をする



しっかりすいみんをとる



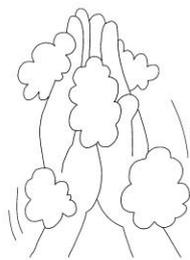
加しつをする

手洗いのやり方

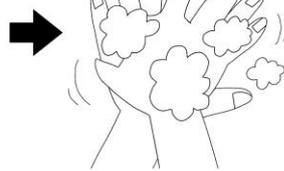
手を洗うことは、かぜやインフルエンザの予防に有効です。

外から帰ったときや食事の前などに、こまめに手を洗いましょう。

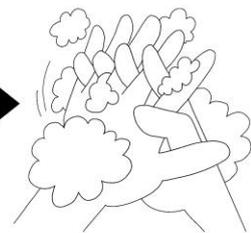
石けんを使って、手のすみずみまで洗い、洗い終わったら清潔なタオルやハンカチで水気をふき取りましょう。



手のひら



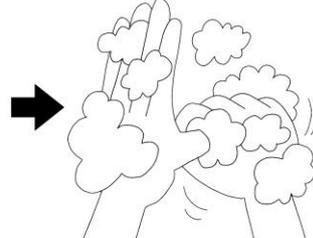
手のこう



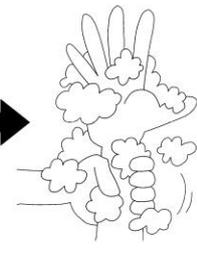
指の間



指先、つめ



親指



手首

※手洗いの頻度が多いため、手が荒れているお子さんもいます。薬やハンドクリームを塗る必要がある場合は、連絡帳でお知らせいただき、記名の上持たせていただいて構いません。