

6月の保健目標
歯を大切にしよう

長い休校期間が終わり、今日から授業が始まりました。3か月ぶりの授業再開ですが、少しずつ学校モードに切り替えていきましょう。一日を元気に過ごすためには、生活リズムを整え、睡眠時間や栄養を十分にとることが大切です。「早寝・早起き・朝ごはん」を習慣にして、元気に過ごしましょう。

コロナウイルス感染拡大防止のための行動を続けよう ～自分のために、周りの人のために、できること～

① 手洗い

手あらいの6つのタイミング



外から教室に入るとき



咳やくしゃみ、鼻をかんだとき



給食の前



そうじのあと



トイレのあと



共有のものを触ったとき



② きれいなハンカチ・ティッシュ・マスク



手あらいをした後、パパッと手をはらったり、服でふいたりしていませんか？
きれいなハンカチで手をふかないとウイルスなどがまた手についてしまいます。
また、ウイルスを体の中に入れないためや顔を触らないために、マスクをつけて予防しましょう。

③ 咳エチケット

咳・くしゃみが出る時は…



① マスクをつける
(鼻から顎までおおう)



② ティッシュやハンカチで
口と鼻をおおう



① 服の袖で口と鼻をおおう

×何もせずに咳・くしゃみをする



×咳・くしゃみを手で
おさえる

④ 規則正しい生活習慣

十分なすいみん



適度に体を動かす



3食しっかり食べる



保護者の皆様へ ～授業再開後のお願い～

- 6月以降も毎朝ご家庭で検温等を行っていただき、本日配布の「体調チェックシート」を担任へご提出ください。
- 本校では、登校前の検温で微熱(平熱が36.5℃の人は37.0℃。平熱が低い人はそれ以下でも)であっても有熱の場合は登校を控えていただいております。感染症が疑われる場合は欠席扱いではなく「出席停止」としての扱いになります。
- 登校後、学校で体調不良を訴えた場合、発熱の有無に関わらず、お迎えをお願いする場合がございます。他の児童への配慮や蔓延防止のため、長時間学校でお預かりすることは避けたいと考えていますので、なるべく早く迎えにきていただきますようお願い致します。
- 免疫力を保持増進するため、「十分な睡眠」「3食の食事」等、ご家庭でも規則正しい生活を心がけるようお願い致します。

※健康診断の予定は裏面をご覧ください。

健康診断の日程が変更になっています

項目	日にち	学年	内容・注意
歯科検診	6月4日(木)	全学年	むし歯や歯肉の病気、歯せき、歯並びをチェックします。 ※朝、歯をみがいておきましょう。
眼科検診	6月5日(金)	全学年	目に異常がないかをチェックします。
聴力・視力検査	6月8日(月)	1・2年	【聴力】聞こえ方をチェックします。 【視力】見え方をチェックします。※メガネを使っている人は、いつものメガネを忘れずに！
	6月10日(火)	5・6年	
	6月11日(木)	3・4年	
尿検査	6月9日(火) 二次6月19日(金)	全学年	腎臓病や糖尿病がないかチェックします。 ※わすれないように、前の日はトイレにコップをおいておきましょう。
二測定・運動器検診	6月12日(金)	1・2年	身長・体重をはかります。 ※半そで・半ズボンの体操服を持ってきてください。 ※かみの長い人はよこで2つにまとめておきましょう。
	6月15日(月)	3・4年	
	6月18日(木)	5・6年	
耳鼻咽喉科検診	6月26日(金)	1・4年	耳・鼻・のどに異常がないかをチェックします。 ※耳そうじをしておきましょう。
心臓検診	未定	1年生	心臓のはたらきをチェックします。 ※リラックスしてうけましょう。
内科検診・運動器検診	未定	全学年	栄養状態や内臓(心臓や肺・骨)、皮膚に異常がないかをチェックします。