

ほけんだより

～おうちのかたと いっしょに よみましょう～

令和2年7月29日

No.7

新潟市立浜浦小学校

保健室

きけん 「危険はないかな？」

もうすぐ夏休みです。外に遊びに行ったり、おうちのかたとお出かけをしたりする人も多いことでしょう。感染予防と熱中症予防だけでなく、交通事故や犯罪にまきこまれることのないよう気を付けましょう。自分の身を守ることができるのは自分自身です。そのためには「この坂道を自転車でスピードを出して走ったらどうなるかな」「この暑さの中で水分をとらずに遊んだらどうなるかな」など、想像力を働かせて危険を予測しましょう。危険が予測できれば、危険の予防策や回避方法が分かるはずです。はまっ子みんなにとって、心も体も元気に充実した夏休みになりますように。

♡ほけんしつから夏休みの宿題♡

その1 感染予防を必ずしよう

手洗いとせきエチケットは必ずしてください。人がたくさんいる場所に行くときは、マスクをつけた方が安心です。ただ、マスクをつけることで、熱中症の危険が高くなる場合がありますから、マスクをつけるタイミングはおうちの人に確認してください。



その2 早寝早起きを心がけよう

起きる時間が遅くなると、寝る時間が遅くなり、夜型生活になってしまいます。学校が休みでも、決まった時間に起きて、決まった時間に寝るようにしましょう。



その3 三食をきちんと食べよう

朝・昼・夕の三食を欠かさずに食べましょう。おやつを食べ過ぎて、食事が食べられなくならないよう、おやつや食べる量はおうちの人と相談しましょう。



その4 遊びのルールはおうちの人と相談しよう

特にゲーム機やタブレット端末、スマホなどの電子機器をつかう遊びは、遊び方のルール(時間・内容)をおうちの人と相談しましょう。課金トラブルや通信で知り合った他人とのトラブルなど、全国では様々なトラブルが起きています。

公園などに遊びに行くときは、熱中症に注意すると共に人気のある場所で遊ぶようにしましょう。





夏休みを迎えるにあたって

新型コロナウイルス感染症感染防止対応のために、子どもたちは、例年とは異なる学校生活を送ってきました。4月末には休校と分散登校がありました。学校再開後も机の配置が変更され友達との間隔が空けられたり、道具の共有を防ぐために遊びが限定されたりしました。また、原則マスクを着用といった大きな変化もありました。子どもにとっては負担の大きい4ヶ月でした。この日々を、子どもなりになんとか過ごせてきたのは、おうちの方の御協力のおかげです。学校の方針を御理解いただき、子どもに寄り添い、励まし、支えてくださるおうちの方がいたからこそ、学校は教育活動を続けることができました。どうもありがとうございます。夏休み明けもまだまだ感染症対応は続きます。引き続き御協力をよろしくお願いいたします。

保健関係の連絡あれこれ

①「わたしのからだ」でお子さんの成長を御確認ください。

「わたしのからだ」をお返ししました。御覧頂きましたら、押印していただき、8月24日までに担任まで提出してください。学校医、学校歯科医が行う健康診断は9月以降に実施します。空欄の箇所があることを御承知おきください。

②今後の健康診断の予定

内科健診 9月4日, 9月7日, 9月10日
耳鼻科健診 9月11日

三日間かけて全校の健診を実施します。

眼科健診 9月28日
歯科健診 11月18日

事前調査において所見があった子どものみを対象とすることになりました。春先に既に御回答いただいておりますが、健康状態に変化がある子どももいることが予想されるため、夏休み明けに再度事前調査を取らせていただきます。どうぞよろしく御願いたします。

はまっこ now! ~6年生佐渡修学旅行, 5年生高柳自然教室の一コマ~

たらい船に乗る直前です。手指の消毒をされています。佐渡では見学したほとんどの施設に手指消毒液が準備されていました。バスにも設置されており、活動後、バスに戻る際は必ず手指の消毒をしました。また、歴史伝説館では検温の実施と見学人数の調整がされていました。



三密を回避するための様々な配慮がされていました。これは屋外スペースでフォトフレームを作っているところです。室内での活動でも、少人数制とし子ども同士の間隔が空くよう配慮されていました。