

ほけんだより

令和4年9月2日
足立区立東栗原小学校
校長 伊地知 広竹
養護教諭 篠崎 和江

夏休みが明け、学校が始まりました。どんな夏休みだったでしょうか。まずは、学校生活のリズムを早くとり戻すため、夏休みモードを早めにリセットしたいものです。早寝早起きをして、学校を中心とした生活に切り替えていきましょう。

また、新型コロナウイルスは、感染者数の多い状況が続いています。感染への不安がまだまだ高まっていますので、改めて、予防対策と体調管理を徹底し、乗り切っていきたいところです。ご家庭での予防の徹底や健康管理について、引き続き、ご協力をお願いいたします。

「いってきます」のその前に！

- 検温・健康観察カードの記入をしましたか。

毎朝の健康観察はご家族で行い、お子さんやご家族の体調がすぐれない場合は登校を控えてください。

- マスクは持ちましたか。

マスクが必要な場合と必要がない場面があります。予備のマスクも持ちましょう。

- ハンカチ・ティッシュは持ちましたか。

※新型コロナウイルス感染予防対策は気をゆるめずにしっかり行っていきましょう。



ケガをしたら…

まずは自分でできること

まだまだ暑さが続いていると思いますが、つかれがたまっているときは思わぬケガをすることも…。そんなとき「すぐ保健室へ！」の前に、みなさんが自分でできること、しておいてほしいことがあります。ぜひおぼえておいてください。



あらう



傷口についた砂やどろ、よごれをあらう

おさえる



きれいなタオルやハンカチでおさえる

あげる



傷口を心臓より高くあげる
(血が出にくくなります)

ひやす



ぬらしたハンカチやビニール袋に入れた氷などでひやす

9月の予定

2日(金) 身体測定 1・2年生

5日(月) 身体測定 3・4年生

6日(火) 身体測定 5・6年生

※身体測定時の注意

- 体育着を忘れず持ってきてきましょう。
- 髪の毛を結んでいる子は、身長をはかる際にじゃまにならないようにしてきましょう。

22日(木) 日光事前健康相談 13:30～ 6年生

お願い

定期健康診断の結果、治療や検査を勧められ、夏休み中に受診したお子さんもいたと思いますので、「受診結果報告書」の提出をお願いします。もし、用紙がない場合は再発行しますのでお知らせください。

裏面に東京都教育委員会発行の小学生用新型コロナウイルス感染対策リーフレットを載せましたのでご覧ください。



登校前の健康観察



- ▶ 毎日、登校前に体温をはかり、体調を確認しましょう。
- ▶ のどの痛みや、せき、発熱、頭痛など具合の悪いところがあるときは、無理して登校せず、病院に行きましょう。



こまめに換気



- ▶ 教室や体育館などでは、窓を開けたり、サーキュレーターを活用したりしてこまめに空気を入れかえましょう。



手洗い・消毒



- ▶ 学校に来たとき、学校や外出先から家に帰ったとき、食事の前などに、石けんで手洗いをしましょう。
- ▶ たくさんの人が使う物にさわったときは、手洗いやアルコール消毒液による手や指の消毒を行きましょう。



新型コロナウイルス感染症に気をつけて

元気にすごそう



東京都教育委員会 令和4年8月18日【小学生用】

マスクの着用について



- ▶ 学校に来るときは、不織布マスクを持参しましょう。
- ▶ 暑い季節は、マスクをしていると熱中症になる危険が高まります。まわりの人とはなれて、マスクを外しましょう。



マスクをする必要がない場面（例）

- ・ 体育の授業中
- ・ ランニングなど、人とはなれて運動するとき
- ・ 屋外で、周りの人とはなれているとき
- ・ 屋内で、人と会話せず読書などをするとき

マスクをする場面（例）

- ・ 試合の応援など人が集まって声を出す場面
- ・ 更衣室など人が集まる場所を利用するとき
- ・ 食事の後、おしゃべりするとき

保護者の皆様へ



- ・ 毎朝の健康観察をご家族で行い、お子様やご家族の体調がすぐれない場合は、登校を控えてください。
- ・ ワクチン接種について、ご家庭で検討してください。東京都の大規模接種会場でも、接種を受けることができます。予約なしで接種できる会場もあります。



東京都新型コロナウイルスワクチン接種ポータルサイト

