

ほけんだより9月

令和3年9月22日
小川南小学校 保健室

2学期が始まりました。緊急事態宣言によりいつもどおりの新学期ではありませんが、みなさんと久しぶりに会うことができうれしく思います。新型コロナウイルス感染症は、まだまだ流行しています。2学期も、みんなで正しい手洗い、マスク着用、密にならないなどの予防をしていきましょう！



9月の保健行事

発育測定は、臨時休業が終わりましたら実施予定です。

日程が決まり次第お知らせいたします。

9月の保健安全目標

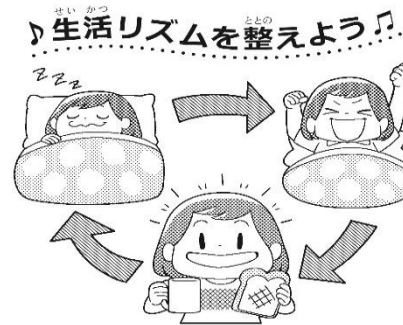
○生活のリズムを整えよう... ○災害に備えた生活をしよう

災害に備えておこよう

地震や台風、大雨などの災害に備えて、家の人と一緒に防災グッズや避難の仕方を確認しておきましょう。また、天気予報を見る習慣をつけて、天候が不安定なときは外出を控えるようにしましょう。



※ヘルメット、筆記用具、現金



みなさんの生活リズムは整っていますか？いつもと少し違った形で新学期が始まったので、リズムが整わない人も多いと思います。「早寝・早起・朝ご飯」を意識して、規則正しい生活リズムに戻れるようにしましょう。

けがの応急手当を覚えておこよう



- 打撲・ねんざ** すぐに活動を中止して、けがをした部分を心臓より高くあげて氷で冷やします。痛みが引くまで安静にしましょう。
- やけど** 流水で10分以上冷やします。水ぶくれができた場合は潰さず、ガーゼなどで覆って病院へ行きましょう。衣服の上からやけどをした場合は、そのまま流水をかけて冷やします（服を脱いでいる間にやけどが悪化してしまうため）。
- すり傷・切り傷** 傷口についている汚れを水道水で洗い流し、清潔なガーゼなどで押さえて血を止め、ばんごうそうなどで保護します。
- 鼻血** 下を向いて親指と人差し指で鼻をつまんで血を止めます。

～保護者の方へ～

現在、新型コロナウイルス感染症が拡大しています。1学期と同様になります。感染対策として以下の事にご協力をお願いします。



○毎朝の健康観察（検温と体調確認）

登校前にお子様の体温チェックと体調の確認をお願いします。**健康観察カードに体温、お子様と同居家族のかぜ症状の有無を記入し、押印**して下さい。お子様の体調が優れない場合は、無理して登校せずしっかり休んでください。家族等で風邪症状がある場合も登校は控えていただくようお願いします。

○マスクの着用

学校ではマスクの着用をお願いします。暑い日や体育の時は、距離をとるなど感染対策をとった上で外す事を可能にしています。マスクを無くしたり、落としてしまったりするお子様もいるので、予備のマスクを何枚か持たせてください。