

保健だより 4月

令和2年4月8日
所沢市立明峰小学校
保健室

入学・進級おめでとうございます。いよいよ新学期がスタートしました。新型コロナウイルス感染症の影響で長い休みとなり、生活習慣が乱れている人もいます。規則正しい生活を心がけ、元気に過ごせるようにしましょう。



4月16日に予定していた2、3年生が行う歯科検診と

4月23日の全校が行う耳鼻科検診が延期になりました。

新型コロナウイルス感染症の影響により、5月8日までの学校医の先生による健康診断の実施が不可能であると医師会から連絡がありました。延期となりますが、実施日は未定です。今後、他の健康診断も延期になる可能性があります。

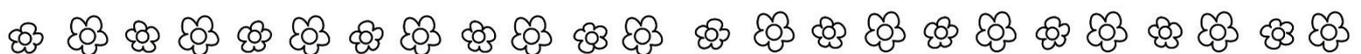
4月の保健行事日程

13日(月)	発育測定 (1・2・3年生) ※体着が必要です。
14日(火)	発育測定 (4・5・6年生) ※体着が必要です。
15日(水)	聴力検査 (5年生)
20日(月)	すべて変更になりました。 日時を追って連絡します。
21日(火)	聴力検査 (3年生)
22日(水)	聴力検査 (2年生)
27日(月)	聴力検査 (1年生)
28日(火)	視力検査 (6年生)
30日(木)	視力検査 (5年生)

学校医の先生を紹介します



内科	植村均先生	(うえむらクリニック)
歯科	藤田弘明先生	(藤田歯科医院)
耳鼻科	大塚崇志先生	(所沢耳鼻咽喉科)
眼科	高野倫子先生	(みち眼科クリニック)
薬剤師	荒木瑛里子先生	(福井薬品)



ほけんしつのおやくそく

- けがや病気で保健室にくるときは、担任の先生に話してから来ましょう。
- 保健室では静かに過ごしましょう。
- 保健室のものをを使うときは、先生に一声かけてください。
- 学校でのけがや病気は、帰ってからおうちの人に話しましょう。



新型コロナウイルス感染症の予防

～自分でできることをしましょう～

学校に来る前に熱をはかみましょう！



保護者様へ

発熱などのかぜの症状がある場合や体調不良などの理由での欠席は出席停止扱いになります。無理せず元気になってから登校させてください。

石けんでこまめに手を洗いましょう！



保護者様へ

ご家庭でも石鹸での手洗いの仕方をご指導ください。厚生労働省が推奨している手洗いの仕方、アイドルグループの嵐さんが手洗いダンスをしている動画があります。そちらを参考にしてみてくださいと思います。

マスクをつけましょう！

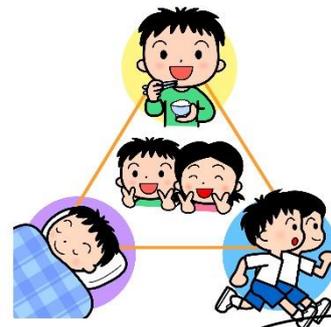
保護者様へ



マスクが手に入りにくい状況だと思います。ハンカチとゴムを使った簡単に作れるマスクでも良いので、マスクの着用をお願いします。

*マスクの作り方（文部科学省ホームページ「子供の学び応援サイト」内）

免疫力を高めましょう！



保護者様へ

免疫力を高めるためには、規則正しい生活をするのが大切です。また、腸内環境を整えることも免疫力を高めると言われています。腸内環境を整える食材として、納豆、ヨーグルトなどの発酵食品があげられます。おいしく食べて免疫力を高めましょう。

1 はんかちマスクの作り方

① 半分に折ったハンカチを、さらに半分に折る

② 幅3等分の位置に輪っかにしたゴムを左右から通す。

③ 両端を三等分の位置で折って完成！

Point ヘアゴムや手芸用ゴムがおすすめ！

保護者の方へ

～コロナウイルスに関する出席停止扱いについて～

コロナウイルスの感染者が日に日に増え、ご心配のこととお察しします。保護者様の中には、感染が心配でお子さんの登校を控えさせたいという思いの方もいらっしゃると思います。その場合は、出席停止扱いとなります。