

しんがっし はじ ま かげつ た
 新学期が始まって、あっという間に1ヶ月が経ちました。
 あたら こうしゃ あたら きょうしつ あたら ともだち あたら せんせい
 新しい校舎、新しい教室、新しい友達、新しい先生…。
 もう 慣れましたか？ 毎日、自分が思っている以上に
 きんちょうかん たか なか す ひと おお おも
 緊張感が高い中で過ごしている人も多いと思います。
 がんば 頑張りすぎず、心も体もしっかり休める時間を作ってく
 ださいね。

健康診断が続いています

5月の予定

日にち	曜日	検診内容	対象	注意事項
12	水	視力検査	1年	眼鏡をかけている人は、忘れずに持ってきてください。
14	金	歯科検診	4年、3-1	朝の歯みがきを忘れずにしましょう。
18	火	尿検査二次	対象者 (1次未提出者 も含む)	1次で提出できなかった人は、提出してください。 9:00提出締め切りです。 学校名、名前、ふりがな、学年、男女別番号を忘れずに 記入してください。
		耳鼻科検診	1~3年、 たんぼぼ	耳掃除はやりすぎないようにしましょう。
19	水	尿検査二次 予備	対象者	9:00提出締め切りです。
		歯科検診	2年、3-2	朝の歯みがきを忘れずにしましょう。
20	木	眼科検診	全学年	

健康診断時の待ち方について 約束を守れていますか？

こんねんど ていきけんこうしんだん ちやくよう ぜんご てあら てっぺい かんき
 今年度も、定期健康診断は、マスクの着用と前後の手洗いの徹底、換気、ソーシャルディスタ
 ンス等で対策を取って行っていますが、検査を待つ間の基本的な約束は守れているでしょうか？
 せんせい ちゅうい しぶん きつ
 先生に注意されなくても、自分たちで気を付けられるといいですね。

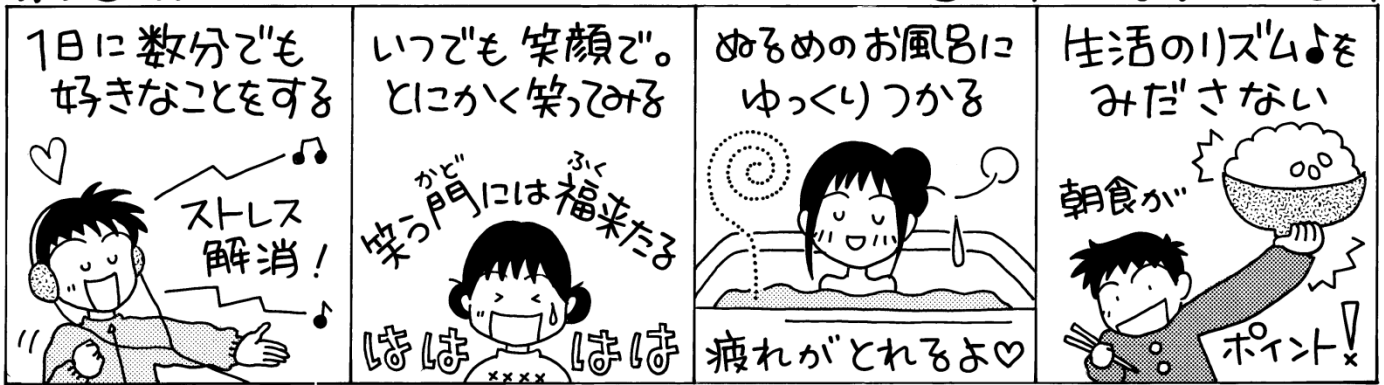
★おしゃべりはしません。足音などの物音も立てません。

しんそう ちい おと こうい こえ きと きょうしつ で ととき くち と しず いどう
 心臓の小さな音や、校医さんの声が聞き取れません。教室を出る時から、口は閉じて静かに移動
 しましょう。

★名前とあいさつを忘れずに。

しんだんけっか きにゆうまちが ぶせ しぶん なまえ つた ぜんご わす
 診断結果の記入間違いを防ぐために、自分の名前を伝えてください。前後のあいさつも忘れずに。

新学期疲れにならないために 意識して心と体をリフレッシュさせて



保護者のみなさまへ

新学期が始まり、1ヶ月が経ちましたが、お子さんの様子はいかがでしょう？気になる様子がありましたら、お気軽にご相談ください。

再度のお願いです

引き続き…朝の健康観察にご協力をお願いします

いつもお忙しい中、ご協力いただきありがとうございます。引き続き、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、以下の項目を参考に、登校前の検温と、丁寧な健康観察をお願いします。
お子さんに、少しでもいつもと違う様子がある場合は登校をお控えください。

- 発熱（平熱+1℃を目安）
- 咳が続いている
- 喉が痛い
- 鼻水が出ている
- 顔色が悪い
- 腹痛、嘔吐、下痢症状がある
- なかなか起き上がれない、ゴロゴロしたがるなどのだるさ
- いつもより食欲がない



- ★ 学校で上記のような症状が見られた場合は、すぐにお迎えをお願いします。
- ★ ご家族に体調不良の症状がみられる場合も、登校はお控えください。
- ★ マスクの着用、**予備のマスクのご用意**等も、ご協力をお願いします。
- ★ **健康観察カードは毎朝検温した結果を記入し、**

忘れずに持たせてください。

健康診断の結果のお知らせについて

日々行われている健康診断の結果について、必要な方には、受診をお勧めする旨の結果のお知らせをお渡ししています。学校での検診は、あくまでもスクリーニング検査のみですので、必ずしも正確な診断ができるとは限りません。ただ、学校の検診がきっかけで、病気がわかることもあります。お知らせをお渡しした場合は、なるべく早く受診していただくよう、ご協力をお願いします。結果について、何か心配なことがありましたら、お気軽に保健室までご連絡ください。

保健委員会の6年生、ありがとう！

今年度も、保健委員会が始動しました。若葉台小のみなさんが、毎日何度も手洗いをするときには困らないよう、学校中の石鹸補充に廻ってくれています。また、トイレで困ることもないように、トイレットペーパーも補充してくれています。

みんなが使う貴重な石鹸やトイレットペーパーは、無駄遣いをせず、大切に使うくださいね。トイレは、次に使う人のことを考えて、きれいに使しましょう。汚してしまつたら、自分できれいにしてからトイレを出しましょう。それも「思いやり」です。

補充に廻ってくれている保健委員さんをみかけたら、「ありがとう！」の一言をかけてもらえたら嬉しいです。保健委員の皆さん、活躍に期待しています。1年間よろしくお祈いします！

正しい手洗いのしかた

<p>①手のひらでせっけんを あわ立てます。</p> 	<p>②手のこうも、こすって 洗います。</p> 	<p>③指を一本ずついね いに洗います。</p> 	<p>④両手をもむようにし て、指と指の間を洗 います。</p> 
<p>⑤つめのあいだを洗 います。</p> 	<p>⑥手首をかたほう ずつ洗 います。</p> 	<p>⑦せっけんが残り ない ように、流水でせっけん を洗い流します。</p> 	<p>⑧清潔なタオルやハン カチで水分をしっかりとふ きとります。</p> 

手洗いのあと、たしかめよう！

ちゃんとできていたら□にするしをつけましょう。

つめの間や手首もちゃんと洗ったかな？

せっけんが残っていない？

タオルやハンカチは清潔かな？



手洗いで気をつけたのは、ココ！

- 手首
- 指のつけね
- つめの間

手洗いするとこんな効果があるよ

カゼの予防

→ カゼのもとになるばい菌を洗い流すことで、カゼをひきにくくなるよ

腹痛(食中毒)の予防

→ ばい菌のついた手で食事をするとき、おなかが痛くなることがあるよ！
食事の前には、必ず手を洗ってばい菌にサヨナラしようね！