

4月 保健だよ！

令和5年

4月6日

古河市立仁連小学校

入学・進級おめでとうございます。新しい学年がスタートしました。何かを始めるときは、期待でワクワク、不安でドキドキして『心とからだ』の両方が疲れやすい時です。「早ね・早おき・朝ごはん」を意識して生活して、体調をととのえましょう。



養護教諭の小川真紀です。けがをしたとき、からだの調子が悪い時、何かこまったことがある時など、保健室へ来てください。先生と何かお話ししたいときも、きてくれたらうれしいです。一年間、どうぞよろしくお願いいたします。

<保護者のみなさまへ>

毎朝、

①お子さんの健康チェック

<体温測定>

②健康観察アプリ リーバー入力



朝の体調は、一日の行動を左右します。子どもたちの体調の変化は、おうちの方の『ちょっとおかしいな?』という気づきから発見されることが多いです。特に4月は新しい環境や生活リズムになれるまで、疲れやすく体調をくずしやすい時です。

朝、学校へ送り出す前にお子さんの健康観察と体温測定をしていただき、調子が悪い時や体温が高い時は、無理に登校せずおうちで様子を見ていただくようお願いいたします。また同居のご家族に発熱等の症状がある場合も、自宅で様子を見ていただくようお願いいたします。担任への連絡は、リーダーに入力していただくようお願いいたします。

★マスク着用の考え方の見直し等について★

4月1日以降の新学期におけるマスクの着用の考え方について、文部科学省から「学校教育活動の実施に当たっては、マスクの着用を求めないことを基本とする」等とされています。

また、「感染が大きく拡大している場合には、一時的に場面に応じた適切なマスク着用を広く呼びかけるなど、より強い感染対策を求めることがあり得る。」等とされていますのでご承知置きください。



給食等では、適切な換気を確保するとともに、大声での会話はひかえますが、黙食は必要としません。本校では、グループを作った会食は一定の距離を確保することが難しいため、当面の間、見合わせています。

引き続き、基本的な感染対策を行い、三密の回避、手洗い等による手指衛生、換気等を励行していきます。

★歯ブラシとコップの用意をお願いします!★

むし歯や歯肉炎の予防には、歯みがきが大切です。小学校では【食べたらみがく】習慣が身につくように、今年も新型コロナウイルス感染症予防に配慮しながら、給食後の歯みがきを実施します。歯ブラシとコップの用意をよろしくお願いいたします。

なお、学校で歯みがき剤は原則使用しません。どうしても使用が必要な場合には、担任までご相談ください。



★健康診断がはじまります!★



小学生は、からだは成長する時期です。年ごとに身長が伸び体重が増え体格がどんどん変わっていますね。体格が変わると同じように、健康の様子も1年前と今とは変わっているかもしれません。黒板に書かれた文字がよく見えているか、声や音がしっかり聞きとれているかを、ときどきチェックする必要があります。そこで毎年1学期に健康診断を行います。

みなさんが元気に学校生活をおくれるように、もし病気が見つかったら早くお医者さんに診てもらいましょう。

なお、受診の際には担任から健康手帳を受け取り、結果を健康手帳に記入してもらってください。

身体測定では、身長をはかります。
頭の上で、髪を結ばない髪型にお願いします。



<健康診断の結果について>

健康診断の結果、病院での治療や検査が必要を思われる児童にのみ、手紙『健康診断結果のお知らせ』をお渡しします。手紙が届いたらお子さんが健康に学校生活を送れるように、速やかに受診していただくようお願いいたします。

なお、受診の際には担任から健康手帳を受け取り、結果を健康手帳に記入してもらってください。