

南風原町立翔南小学校 保健室 令和3年9月6日発行

2学頭がはじまりました。 労散登校でのスタートとなり、いつもの監話リズムを取り美しづらい人もいるかもしれませんね。 そんなときこそ、がんばって買おきをして輸ごはんの時間を作りましょう。 輸ごはんは毎日のエネルギーの源。 しっかり管べて2学頭も光気に過ごしましょう。



☆☆☆☆☆2学期を元気に過ごすために☆☆☆☆☆

始業式の後、学級指導しました。ご家庭でもご協力お願いします。

●感染症予防をしよう!

- □毎日の検温・健康観察。
- ロマスクをつける。(予備マスクも準備しましょう)
- 口こまめな手洗い。(ハンカチを持ってきましょう)

●熱中症予防をしよう!

- 口しっかり睡眠をとる。
- 口朝ごはんを食べてくる
- □水分をこまめにとる
- 口運動するときはがけいをこまめにとる

てもだるさや不調を感じる場合は、無理をせず登校を控え自宅で休養する。(学校までご連絡下さい)

発熱やかぜ症状(鼻水・咳等)、熱がなく

※同居家族に、発熱・かぜ症状がある、または「新型コロナウイルス感染症の陽性者・濃厚接触者、PCR検査等の結果待ち」の方がいましたら、児童本人が元気でも登校を控え、自宅で健康観察をお願いします(家庭内感染が多いため)。

●元気に過ごすための4点セット!

登校するまえに、チェックしましょう。

① ぼうし

②すいとう



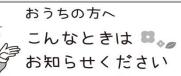




4 ハンカチ







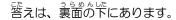
- □夏休み中にケガや病気をした
- □新たにアレルギー症状が出た
- □緊急連絡先が変わった
- □そのほか、お子さんの体調で気になること

WEST TO

ケガをしても 調**子がいい**先生ってだれ?



調子がいいことを何と言うかな?



保健室の いけま

まで、ご連絡ください。

おうちの方へ お子さんといっしょによみましょう。

♀月♀日は救急の日



9月9日は、救 急 の日。スポーツの前の準備運動、夜ふかしをしない、 で通ルールを守る・・・どれもケガ予防のために大切なことです。

でもそのお手伝いは、先生でもしてあげられません。日頃からの心がけて、一人ひとりがケガを防いでくださいね。





保健室で手当てをするケガには、ちょっとした注意で防げたものもあります。



うっかりした

【例】よそ見しながら ⁹ 教室の戸を閉めたら、 友だちの手がはさまった

ゆだんした

【例】このくらいなら 大丈夫と階段から飛び 降りてねんざした

あわてていた

【例】遅刻しそうなので 自転車のスピードを出し ていたらカーブで転んだ

ふざけていた

【例】そうじ中ボール に乗って遊んでいたら 転んで頭を打った

ルールを守らなかったし

【例】走って廊下の角を曲がっ たとたん、友だちとぶつかった 「注意一**秒、ケガー生**」 なんて言葉もあります。 1 秒の注意で安全に。



11/