

「緊急事態宣言」は解除されましたが、本県、近県でも感染拡大しています…。気の緩みに警戒を！



えがお

えがおいっぱいになりますように

2020年 8月3日

No. 6

1学期末資料

高瀬小保健室

感染症予防対策！

- ★手あらい！
- ★マスク！
- ★避けよう、3密！
(密閉・密集・密接)
- ★咳エチケット！

1学期も残すところ4日となりました。17日間の夏休みに入ります。例年と比べると短い夏休みですが、夏休みだからこそできることにチャレンジして、充実した日々をおくって欲しいと思います。今年の夏休みは、引き続き油断せずに「コロナ対策！」と、経験したことの無い夏ということで「熱中症予防！」を実践させてください。おうちの方の見守り・声かけをよろしくお願いいたします。(*^_^*)

1学期のふりかえり



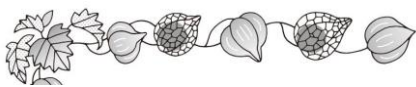
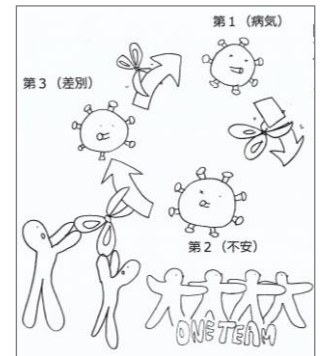
保健室では、1年間の目標を「自ら健康で安全な生活をおくることができる高瀬っ子の育成」をめざし、

重点目標として①ケガや病気に注意し、安全な生活が送られるようにする。

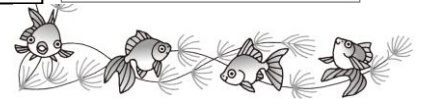
②自分のからだの異常を知り、健康意識が高まるようにする。にとりくんでいます。

1学期、新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、学校では、手あらいの励行・マスクの着用・3密を避ける・換気の徹底にとりくみ、日本赤十字社の臨床心理士の先生が提唱されている「3つの顔」について学習し、感染症を正しく理解し予防に努めてきました。また、歯みがきを当たり前の習慣に♪自分の歯と一生いっしょ♪を合言葉に、毎月「8っぴー歯っぴー歯みがき週間」にとりくみ、歯みがき習慣の確立を目指しているところです。

例年、1学期に定期健康診断が行われるところですが、今年は感染症拡大防止のため2学期以降の実施となっています。(身体測定や学校医による検診、検尿、蟻虫検査等)「受診のすすめ」は今回ありませんが、お子さんに気になる症状(むし歯や視力低下等)がある場合は、時間に余裕のある夏休みに受診されることをお勧めします。



元気な夏休みを♪



感染症対策！

引き続き、おうちでも感染症対策をお願いします。基本の睡眠・食事等の生活リズムを大切にして免疫力をおとさないことが重要です。

プラス、「こまめな手あらい、マスク着用、換気、3密をさける」の実践をお願いします。一番警戒すべきは、気の緩み！とのこと。できることを確実に実践しましょう。



熱中症対策！

夏の暑さとコロナ対策のマスク着用と大変ですが、「3つのとる」を意識して熱中症も予防しましょう。「距離をとる・マスクをとる・水分をとる」秋に運動会があるので、暑さに慣れて体を鍛えておくことも大切です。外で遊ぶときは、帽子と水筒を必ず持って、のどが渇く前に水分補給をして、熱中症を予防しましょう。



けがに気をつけて
元気いっぱいの
夏休みを!!

夏休み中も規則正しい生活を！ハメをはずし過ぎると、2学期のスタートがきつくなりますね。