

お子さんと一緒に読んでください。



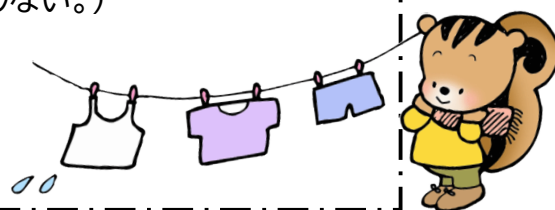
令和2年5月13日 No.2
三芳町立三芳小学校
ほけんしつ

木々の若葉がさわやかな季節になってきました。新型コロナウイルス感染症拡大につき、臨時休業が続いております。子供たちが家庭で過ごす時間が増え、ご家庭での健康観察や健康管理等、保護者の皆様にはたくさんのご協力をいただき、ありがとうございます。新型コロナウイルス感染症の一刻も早い収束、学校再開のために引き続き、手洗いうがいの励行や「三密」を避ける等、感染症予防対策をお願いいたします。

布マスクの洗い方

現在、使い捨てマスクの入手が困難な状態が続いております。使い捨てマスクの代替として布マスクをご準備していただいているご家庭もあると思います。先月号では布マスクの作り方を掲載いたしました。今月号では布マスクの洗濯方法についてご紹介します。

- ①大きめの桶に水と衣料用洗剤を入れる。(水2Lに0.7gくらいが目安)
- ②洗剤の中にマスクを入れ、10分ほど待つ。
- ③10分後、軽く押し洗いする。(もみ洗いはしない。)
- ④洗剤が飛び散らないように桶の水を流す。
- ⑤桶に水をため、マスクの洗剤を洗い流す。
- ⑥水気を切って、干す。



引き続き、健康観察表へのご記入をお願いします。

新型コロナウイルス感染症拡大につき、ご家庭での健康観察の実施をお願いしておりますが、5月も引き続き実施をお願いいたします。5月分は先日ポスティングさせていただいたB4サイズの白いカードに引き続きご記入ください。

お子様が体調不良になった際にも、健康観察表や裏面の熱型表を医師に提示していただければ、体調不良の経過をより詳しく伝えることができます。お子様の健康を守るために、毎朝起床後に体温測定・健康観察を忘れずをお願いいたします。

学校再開後について

朝のご家庭での健康観察時に風邪症状が続いている、息苦しさ、強いだるさ、発熱などが見られる場合は登校をご遠慮下さい。

学校に登校後に発熱や体調不良になった場合、早退となります。ご家庭にお電話いたしますのでなるべく連絡がつきやすいようにご準備をお願いいたします。また、発熱や体調不良の場合は検温や問診、お迎えを待つ間は保健室とは別室で待機となりますのでご了承ください。



5月の保健目標

生活リズムをととのえよう！

三芳小学校のみなさん、元気ですか？学校がお休みの間、おうちで過ごす時間が増えています。スマートフォンやゲームばかりやっていますか？こんな時に大切なことは、学校がないからと夜更かしするのではなく、生活リズムをしっかりととのえることです。

「早ね早起き朝ごはん」+「手洗いうがい」をしっかりと元気にすごしましょう。



ゲームやテレビは時間を決めて
早めにふとんに入ろう！



朝ごはんをしっかり
食べられるように、
早めに起きよう！
起きたら体温を
はかろう！



こまめに手洗いうがいを
しよう！

不安なこと、困ったこと・・・学校に相談してね。

三芳小学校の皆さん、元気ですか？

学校がお休みになり、おうちですごす時間が増えました。お友達に会えなくてさみしくなったり、不安になったり、イライラしていませんか。でもそれは当然のことです。

さみしくなったり、不安になったり、イライラしたら、おうちの人に話してみたり、何か困ったことがあったら学校に相談してみてください。もし、ぐあいがわるくなったらがまんせずにおうちの人に伝えてください。

また、皆さんと学校で会える日を楽しみにしています。



学校からのおねがい

今、世界中の人がコロナウイルスと戦っています。みなさんもこの4つのことにしっかりと取り組んで病気にまけない体を作りましょう。

学校でもみなさんが勉強できるように準備をしています。また会える日まで元気にすごしてください。

- ①手洗いうがいをする。
- ②早ね早起きで病気にまけない体をつくる。
- ③外になるべく出かけない。
- ④どうしても外に行くときはマスクをする。