

4月 ほけんだより

令和2年 4月 保健室

進級おめでとございます！！

昨年度に引き続き保健室を担当します、
影響でばたばたとした学年末を迎えましたが、
か？

今年度も子どもたちが健康的で安心・安全に学校生活を送れるよう、
したいと思ひます。よろしくお願ひいたします。

4月の保健行事予定

月	火	水	木	金
6	7	8	9	10
始業式 学級編成		視力検査(3-1)	入学式	視力検査(3-2)
13	14	15	16	17
視力検査(5年生)	視力検査(2-1)	視力検査(2-2)	視力検査(4年生)	発育測定(全校)
20	21	22	23	24
視力検査(1-1)	尿検査1次①	尿検査1次② (21日に忘れた 人はこの日の朝に とった尿を検査 容器に入れて 持ってきます。)	視力検査(1-2)	
27	28	29	30	
視力検査(6-1)		昭和の日	視力検査(6-2)	

4月8日(水)に、保健調査票をお配りしています。お忙しい所恐縮ですが、
事項を記入していただき、**4月14日(火)**までに封筒に入れて学校へ持たせてください。



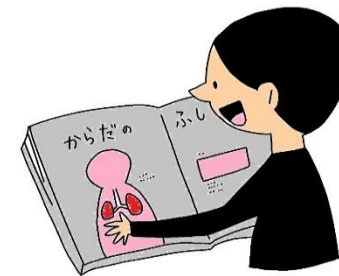
こんなときは保健室へ行きましょう



けがをした



痛いところがある
(頭やおなかなど)



体のことについて、
知りたいことがある

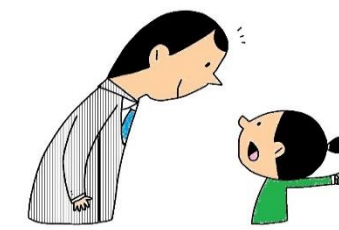


気分が悪くなった
はきそう



なやんでいることがある

保健室に行く前には、先生に伝えましょう。



☆保健室では、けがや病気の
応急手当や休養だけでなく、
からだや心の健康についての
学習やなやみごとの相談なども
できます。保護者の方もお気軽
にお立ち寄りください。

保健室でできること

- 一時的な休養
体温を測ったり、ベッドで休養することはできますが、薬を飲ませることはできません。
体温が37.5℃以上のときや下痢・おう吐がみられるとき、休養しても回復しないときは、お迎えをお願いします。
- けがの応急手当
軽い傷の応急手当をします。けがの程度が重いときは、ご家庭に連絡し、医療機関受診をお願いします。
保健室で手当を行なった場合も、傷の状態を必ずご確認いただき、必要に応じて医療機関に受診してください。

新型コロナウイルス感染症の予防策

◎手洗いの徹底!!



手洗いをするとき
とくに意識して洗う
場所は左の6か所です



◎咳エチケット!!

3つの咳エチケット 電車や職場、学校など人が集まるところでやろう



かんい つく かた 簡易マスクの作り方

<用意する物>

- ・ハンカチ (厚みに注意)
- ・ひも



1、ハンカチの左右の端を折ります。

2、上下を折ります。

1と2はアイロンをかけながら折ると、さらにきれいに折れます。

この時の左右の幅が完成したマスクの横幅です。

この時の上下の幅が完成したマスクの縦幅です。



3、サイズを確認・調整をします。

この段階で一回顔をマスクをあててみましょう。息苦しいようなら生地が薄い物か通気性のいいハンカチを選んでください。



4、ひもを通します。

上下の折り目の中にひもを通していきま。耳にかけられる長さに調節し、ひもを結びます。



5、完成です!



じかんがない朝にぱっとできる簡単マスクです。ぜひ試してみてくださいね。

