

すまいる

令和2年6月5日 一宮南中学校 保健室

長い休校が終わり、学校が学校らしく、いきいきとした空気に包まれています。“いつもの生活”がもどってきました。でも、新型コロナウイルス感染症については、まだわからないことがたくさんあって油断できない状況です。

自分でできる“予防”をしっかりとしていながら、少しずつ、通常的生活リズムにもどしていきましょう。

やっと健康診断がはじまります！

延期になっていた健康診断ですが、日程の調整ができた検診から始めていきます。

すでに提出していただいている問診票で、問診票の有効期間が過ぎてしまったものについては、再度とりなおしになります。またお知らせしますので、よろしくお願いします。

内科検診のお知らせ

日時：7月1日（水）13:10～

実施場所：第2保健室

服装：体操服（半袖・短パン）



歯科検診のお知らせ

日時：7月8日（水）8:30～

実施場所：第2保健室

服装：体操服



カバンには必ずマスクの予備を！

ずっとマスクをつけることがつらい暑い季節になりました。学校でも、常にマスクをつけているので、汚れたり、落としたりすることもあります。

いつでも交換できるように、カバンにはいつも**マスク2枚**の予備を入れておいてくださいね。



手洗い、しっかりできていますか？

何をするにも、前後には必ず“手洗いが必須”の生活になりました。

- ① 指先（爪）から手首まで洗えていますか？
- ② 30秒くらいかけていねいに洗えていますか？
- ③ 清潔なハンカチ（タオル）でふいていますか？

自分でできる一番の予防は“手洗い”です！



アルコール消毒について

登校時と給食前には、手指のアルコール消毒をしています。一日の中でも石けんでの手洗いの回数も増えています。

もし、アルコールや石けんに過敏に反応したり、手荒れの心配がある時には、担任まで知らせてくださいね。

保護者のみなさまへ

毎朝の健康観察カードの記入・押印等、ありがとうございます。新型コロナウイルス感染症対策で始まった健康チェックですが、学校再開以降、毎日きちんと持たせていただき、子ども達も元気に過ごすことができています。

そして…いつの間にか
熱中症の心配をする季節になっています。

×睡眠不足 ×体調不良 ×朝食抜き

これらは、熱中症の大きな要因になりますので、おうちでも気をつけてあげてください。

忙しい朝にお願いすることが多くて申し訳ありませんが、ご協力をお願いします。



給食後の歯みがきについて

手洗い場の密を避けるため、飛沫拡散を防ぐために今は歯みがきをお休みしていますが、口腔内の衛生は健康と大きくつながっています。おうちでの、朝晩の歯みがきはしっかりしましょう。

様子を見て歯みがきを始めたいと考えていますので、またお知らせします。

歯の矯正治療をしている場合などで歯みがきが必要だという人は、担任の先生まで知らせてください。

