

# げんき! やちわっこ

やちわしゅう  
八千挈小  
ほけんだより  
No. 4  
令和2年6月1日  
文責: 杉本



6月の保健目標 歯を大切にしよう。梅雨時の衛生に気をつけよう。

6月の保健行事のおしらせ: 尿検査(全員)6月5日(金)提出。6月4日に配布します。心電図(1.4年)は6月23日(火)の午後になります。6月2日から1. 2. 4. 6年の視力検査を行います。

## 学校が再開します。学校の新しい生活様式~やちわっこバージョン~

学校再開にあたり、学校も新しい生活様式になります。おうちの方と一緒に確認しましょう。

### 1 家庭で行うこと

**1** 朝体温を測り、健康観察カードに記入して、学校に登校します。  
発熱やかぜ症状がみられる場合は登校せず学校に連絡して自宅で休養しましょう。

**2** マスク、せいかつなハンカチ・ティッシュを必ず持ってきます。  
熱中症予防のため、水筒を持参しましょう。

**3** 早寝早起き朝ごはんをがんばりましょう。



### 2 学校でがんばること

コロナウイルスは、手についたウイルスが、目や鼻、口などの粘膜からからだの中に入ります。一番大切なのは、手洗いです。

会話をするときはマスク、せきエチケットや無意識に顔を触らないためにもマスクは大切です。

★ 登下校中、学校ではマスクをはめます。(先生が外していいよと言われた時だけ外します。)

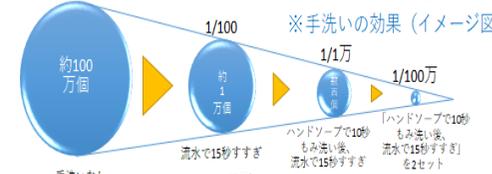
マスクをしていて体調が悪い時は先生に伝えます。

★ こまめに手を洗います。(2~3時間目の間と給食前には音楽が流れます)

てあらいのタイミングは



手洗いのすすめ  
水とハンドソープで、ウイルスは減らせます!



流水で15秒洗うとウイルスは1/100  
ハンドソープ20秒+15秒水洗いでウイルスは1/10000にへります。

- ★ 授業中は教室の窓を開けて換気します。 ★ 友達と物の貸し借りをしません。(忘れ物をしません)
- ★ 友達とからだがつれるような遊びはしません。 ★ 給食は前を向いて、話をしないで食べます。
- ★ 歯みがきも人と離れて行います。歯ブラシ・コップは袋に入れて、個人で保管しましょう。
- ★ 先生方も、みなさんが帰った後、毎日消毒を行っています。



歯ブラシ選び: 昔毛先が替えまがっていたら、小さめの歯ブラシを選ぼう

歯みがき粉のつけ方: 歯ブラシの2分の1くらいでオッケー

歯ブラシの持ち方: えんぴつを持つように軽く

毛先の当て方: 歯の面にまっすぐあてます

動かし方: カが広がらないくらいに、力を入れずにこちょこちょと細かく

みがく時には: みがき終わったら、101本20回が目安

ツルツルになったか舌で確かめよう

## ある日のできごと

6月から学校が再開します。先週1週間毎日登校でした。先生は、朝から職員室前の靴箱で、体温チェックをしています。体温を測るのを忘れた人は、必ず測ってから教室に行きましょう。朝からは元気に登校していますが、3時間目ぐらいから、体調を崩して保健室来室が増えたり、教室でもとても疲れたりしている様子が見られました。友達と会えて、普通の生活に戻りつつありますが、コロナウイルス感染予防のため、昨年までの学校生活とは違うことが増えます。これからの新生活が、学校の生活になりますので、命を守るためにもがんばりましょう。つかれた時は、早く寝るのが一番です。早めにお布団に入るように心がけましょう。

自分の命は自分で守る 大切な人の命を守る 私たちひとりひとりができることをがんばる やちわっこ

こんげつ ことば  
今月のまほうの言葉

いま か 変えなければ、未来は変わらない。(ラグビー選手 五郎丸 歩)