

# げんき! やちわっこ



やちわしょう  
八千把小

ほけんだより  
No. 1

令和2年4月10日  
文責：杉本

4月の保健目標 健康診断を正しくうけよう 自分のからだの様子を知ろう

学校がスタートしました。新しい学級やお友達になれるまでには、からだは疲れ気味です。疲れているときは寝るのが一番です。低学年は9時、高学年は10時をめやすに寝るように心がけましょう。

## 健康診断が始まります~自分のからだに興味を持とう~

769名で今学期がスタートしました。今日から、身体測定、視力、聴力測定を行っています。5月からは健康診断が始まります。健康診断は、自分のからだを見つめ、自分の健康状態を知り、自分の命とからだを大切にすために行われます。この機会に自分のからだに興味を持ちましょう。くわしい日程は、後日お知らせします。健康診断後に、お知らせをもらったときは、すぐに病院に行きましょう。

## 守ってほしい健康診断のルール

### みない

結果は自分だけのものです。ともだちの結果を見ません。



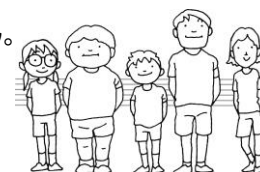
### いわない

ともだちの結果について何も言いません。



### きにしない

ともだちの結果と、比べる必要はありません。



## 新型コロナウイルス感染症を防ぐために

★てあらいをしましょう。

2~3時間目の間・給食前(てあらいタイムの音楽が鳴ります)登校した時、外から帰った時(体育の後)、そうじの後、トイレの後など



ハンカチを持ってきましょう。

○順番を決めて、1日何回も手洗いしましょう。

★マスクをする…鼻と口をきちんとかくします。名前を書きます。

★朝から熱を測って学校に来ましょう。(おうちの人に、体温をカードに書いてもらいましょう。)体温が37.5℃以上あったり、体調が悪い場合は家庭でゆっくりしましょう。

★はやね、はやおき、あさごはん、運動で、からだの抵抗力を高めましょう。

★みんなが帰った後に、消毒をしています。(ドアノブ、水道の蛇口、てすりなど)

★水とうを持ってきてもいいです。★給食はだまって配膳し、前を向いて食べます。

裏面に手作りマスクの作り方と、やちわ小でがんばる感染予防についてのせています。

## 学校医の紹介



今年度お世話になります。

★学校医★ <順不同>

持永将恵先生 (もちながこどもクリニック)  
濱田隆博先生 (はまだ呼吸器クリニック)

中村雅博先生 (中村内科)  
佐々木康人先生 (敬仁病院)  
小沢隆昭先生 (小沢内科)  
泉和寛先生 (泉内科)  
穂月清勝先生 (ゆたか医院)  
牛島健先生 (つるたクリニック)  
関上泰二先生 (せきがみ内科クリニック)

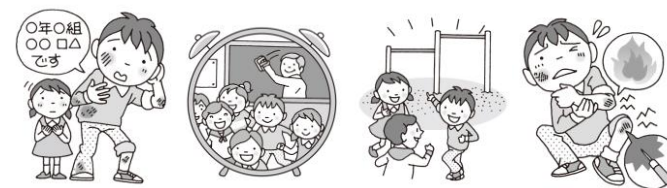
★歯科医★  
熊埜御堂 誠先生 (犬塚歯科)

★耳鼻科医★  
春野博一先生 (春野耳鼻咽喉科)

★眼科医★ 木下房之先生  
★学校薬剤師★大橋正寿先生 (横手薬局)



## 保健室のはいり方



①名前 (〇年〇組 やちわ はなこです)

②いつ・どこで・何をしていた・どうした  
昼休みに、運動場を走っていて転びました。

③ここ(場所)がたいです

(足がたいです)などがいえるようになります。

## ある日のできごと

今年度代陽小から来ました、保健室にいます杉本孝子です。保健室の先生と呼ばれることも多いですが、できれば名前でも呼んでもらえると嬉しいです。休み時間は、何でもお話しにきてください。チョコレートが大好きな、中1・大学1年生の子どものお母さんです。早く顔と名前を覚えるようにがんばります。

始業式に、みなさんが登校してきた学校は、ぱっとにぎやかになり、1ヶ月間眠っていた校舎が息を吹き返したように感じました。このような当たり前の毎日が長く続き、安心して過ごせる日が早く訪れればいいなあと願うばかりです。いつもと違う毎日のため悩みがある、新型コロナウイルス感染症への不安があるなど、困ったことがあるときは、何でも相談してください。

今回のまほうの言葉

★今の頑張りは必ず未来への力になる。

(サッカー選手：本田圭佑)