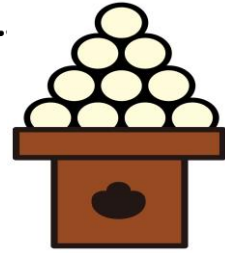


げんきらんど

大津市立上田上小学校保健室
令和3年9月1日発行



かた いっしょ よ
おうちの方と一緒に読みましょう



なつやす ちゅう げんき す ころ からだ
夏休み中、みなさん元気に過ごしていませんか。心と体のリフレッシュをすることはできたでしょうか。

がっき はじ やす ちゅう しんがた かんせんしょう かんせんかくだい
いよいよ2学期が始まりました。休み中、新型コロナウイルス感染症の感染拡大がおさまらず、滋賀県でも緊急事態宣言が発令されました。今まで以上に感染対策をしっかりと、みんなが安全に安心して学校生活を送れるようにと思っています。そのためには、ひとりひとりがしっかりと感染予防の行動をとることが大切です。

きょうりょく ねが
みなさんご協力よろしく願います。

しんがた しゅうだん かんせん ふせ 新型コロナ 集団感染を防ぐために

1. 毎朝体温をはかり、体調を確認します

まいあさたいおん たいちよう かくにん
とうこう けんこうかんさつひょう かなら たんにん せんせい ていしゆつ きにゆう
登校したら、「健康観察表」を必ず担任の先生に提出しましょう。記入もれのないように気をつけてください。

ねつ たか たいちよう わる かん むり がっこう やす
熱がいつもより高いとき、体調が悪いと感じたときは、無理せず学校を休みましょう。

2. 必ずマスクを着けます

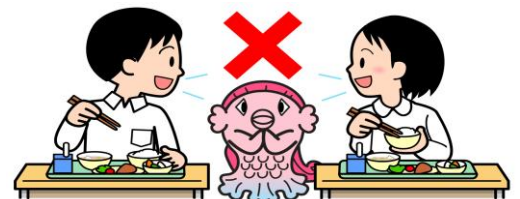
うんどうじ いんしよく いがい はな ただ
運動時・飲食のとき以外はマスクをはずしません。鼻が出たりしないように、マスクは正しく着けましょう。



3. 給食準備・給食中はしゃべりません

きゆうしよくじゆんび きゆうしよくちゆう いんしよく かんせん きけん たか きゆうしよく まえ てあら しょうどく
飲食しているときは、感染の危険が高いです！給食の前は、ていねいに手洗い・消毒をしましょう。

きゆうしよく まえ せんせい つくえ うえ
給食の前に、先生がみなさんの机の上をアルコール消毒します。その上に自分のナフキンをいってください。



4. こまめに、ていねいに手洗い・アルコール消毒をします

教室に入る前、給食の前と後、そうじの後、トイレの後、たくさんの人が触るものを触った後、外から帰ったときは、必ず手を洗いましょう。

手洗いのポイントは、石けんを使うこと、30秒くらいかけてていねいに洗うこと、清潔なハンカチでふくことです。

各教室や昇降口にアルコール消毒を設置しました。時間がないときなど、アルコール消毒も上手に使ってください。(※アルコール消毒は目に入るととても危険です。手を消毒すること以外で使うことのないようにしてください。)



5. 換気をします

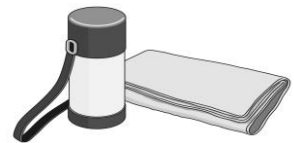
教室や廊下の窓は、常に開けて換気をします。

6. 規則正しい生活を送ります

「たっぷり寝る」「ほどよい運動」「バランスのとれた食事」を心がけて、体の抵抗力(病気とたたかう力)をつけることも大切です。

毎日持ってくるもの

① ハンカチ ② 汗ふきタオル



② マスク (ランドセルに予備のマスクを入れておいてください。落としたり、汚れたりすることがあります。)

③ 水筒 (十分な量のお茶を持ってきましょう。) ※友だちのお茶は飲みません。

9月の保健行事

身体測定(身長・体重)と視力検査をします

7日(火)・・・5・6年生

8日(水)・・・3・4年生

9日(木)・・・1・2年生



◎身長をはかるときに、じゃまにならない髪型にしてください。

◎めがねを持っている人は持ってきてください。

◎感染予防のために、視力検査で遮眼子は使いません。目をおおうためにハンカチを使います。手をふくのとは別に、きれいなハンカチを持ってきてください。