

ほけんだより

令和2年6月1日
三島市立南小学校
保健室

新型コロナウイルスのため先月から分散登校がはじまり6/1から初めてク

ス全員が顔をそろえます。新しい友達やクラスの中でドキドキワクワクしている

人も多いと思いますが長い休みの後なので、少しずつ自分のペースで慣れてい

きましょう。

みんなの保健室
キーワードは「思いやり」

保健室で休んでいる人のために
ちょっと声の大きさを
控えめにする思いやり。

次に使う人のために
借りたものは
ていねいに使って、
早めに返す思いやり。

今、本当に保健室を
必要としている人のために
緊急ではないときは、
先に譲る思いやり。

「みんなにとって居心地のいい保健室」
をキープするために、
あたたかい思いやりをお願いします。



お世話になる校医さん

内科:大橋祐介先生
眼科:山内紘通先生
耳鼻科:西脇宜子先生
歯科:高木靖夫先生
薬剤師:勝又壮一先生

★健康診断は延期します★

毎年4～6月に健康診断を行っていましたが、今回はコロナウイルスによる感染症の流行

のため9月以降に延期することになりました。

健康診断の目的は身体の異常を早く見つけて治し、勉強や運動にしっかり取り組めるよう

にするためのものですが、今回は約3ヶ月も先のことになってしまいます。ですから皆さん

は自分の身体の調子や様子を注意深く観察して不調があるときは早めに病院でみてもら
うようにしましょう。

なお、身体測定と視力聴力検査は下の日程で行います。

たいいくぎ わす
体育着を忘れないでね

★身体測定・視力・聴力日程★



	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	4～7組
身長	6/4	6/3	6/2	6/2	6/1	6/1	6/3
体重	(木)	(水)	(火)	(火)	(月)	(月)	(水)
視力							
聴力							

*測定のとときは感染予防のため、はなれて並びます。前につめないようにしましょう。

*メガネを持っている人は忘れないようにしましょう。

しんがた

新型コロナウイルスから

たいせつな命を守ろう

しんがた 新型コロナウイルスはまだ完全に治まったわけではありません。今まで通り、一人一人が

よぼう しっかり予防して再び流行することのないようにしましょう。

♪ マスクをつける(つば、だえき、くしゃみ、せき 咳などでうつります)



♪ まめに手洗い(あそんだ後、トイレの後、たべる前などせっけんでいねいに洗う)

♪ かん気(へやの一部をいつもあけておく)



♪ しっかり食べてしっかりねる(からだの免えき力を高めておく)



♪ がっこうでは **3密**をさげよう

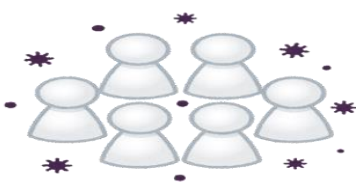
① むんむん(かん気のわるい **密閉**空間)

教室のらんまはあけておく



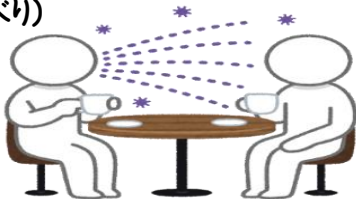
② りゅうりゅう(人の **密集**)

友だちとの間をあける



③ ぺちやくちや(**密接**な近くでのおしゃべり)

はなれて話そう



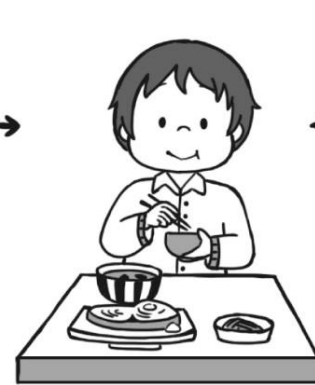
あさ せいかつしゅうかん ととの

朝の生活習慣は整っていますか？

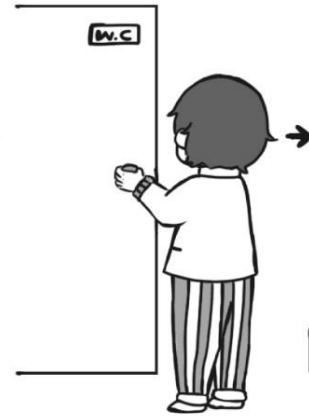
はやお **早起き**



あさ はん **朝ご飯**



トイレ



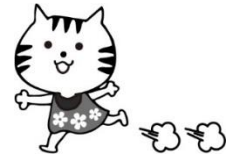
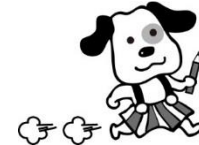
は **歯みがき**



わる 悪いところはないか、ねつ 熱はないか等学校で元気に過ごすためにも **こころ** や **からだ** が健康で

いることが大切です。家を出る時 **こころ** を決めて、朝ごはん・トイレ・歯みがきの時間を

とれるように早く起きてゆっくり **したく** ができるようにしましょう。



あいさつやお礼の言葉は大きな声でしっかりと!



おはようございます

こんにちは

お願いします

ありがとう



いただきます

ごちそうさま

さようなら

また明日

こんばんは

おやすみなさい

こころ がスッキリするよ!

こころ や **からだ** が健康でいられるようサポートします。病気やけがをしたときにはもちろん、困ったときにも相談できます。保健室のドアをなるべく開けていますので、いつでも声をかけてくださいね。

養護教諭の

みずぐち あいこ **水口 愛子**

です

よろしくお祈いします

