



ほけんだより



令和3年8月27日 富岡市立額部小学校 保健室

2学期のスタートです！！

楽しい夏休みでしたか？オリンピックは見ましたか？
走って、投げて、跳んで、とてもかっこ良かったですね。
みなさんもやってみたいな！と思う競技がありましたか？
今はパラリンピックが行われています。
色んな種目を見て、応援しましょう。

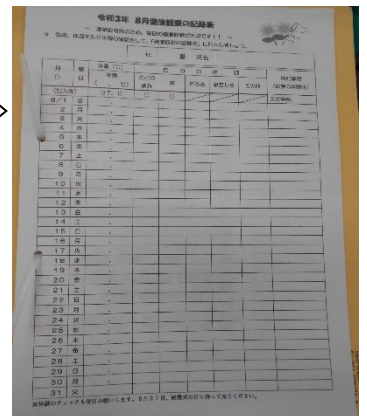


新しい生活様式を確認しましょう！

群馬県は現在「緊急事態宣言発令中」です。新型コロナウイルス感染症は、残念ながら増えています。もう一度新しい生活様式を確認しましょう。

- 児童玄関にて手洗い・消毒・検温
- 登校後教室で提出 —— ご家庭での健康観察・検温記入
(土日の体温・体調のチェックをしてください)
- 常時マスクの着用
- ハンカチ・ティッシュの持参
- 三密をさける
 - ・密閉（換気をする）
 - ・密集（集まらない）
 - ・密接（くっつかない）
- ソーシャルディスタンス
 - ・お友だちとの間を1~2mあける

《学校では》 水道のじゃ口が接触の少ないレバーに変わりました。
トイレのじゃ口がセンサーで水が出るようになりました。



9月の健康診断日程

検診項目	実施日		注意点
身体測定	30 (月)	2校時⇒1年生・2年生	※体操着の半そで、ハーフパンツで測定します。 ※髪の毛を結ぶ位置は、頭のとっぺん近くはさけてください。
	31 (火)	1校時⇒6年生 2校時⇒3年生・5年生 3校時⇒4年生	
歯科検診	9 / 15 (水)	13:15 ~ 全学年	・給食後、しっかり歯みがきをします。



運動会前に靴を見直そう！

今履いている靴は、足に合っていますか？靴は健康用具です。足や動きに合わない靴を履いていると、指の変形・関節炎・筋肉の発達の障害・姿勢の乱れ・肩こり・頭痛等、健康にさまざまな影響がでます。また、イライラしたり、集中力がなくなったり、気持ちにも悪影響がでます。



育ち盛りの小学生にとって、“靴選びは大切な健康づくりの一つです”。
お家の方がしっかり見てあげてください(上履きも一緒に！)。

注意

大きさ・・・つま先に0.5cmくらいの余裕がある。

かたち・・・自分の足の甲の高さに合っている。

靴の底の盛り上がりが、自分の土踏まずのラインに近い。

靴底・・・つま先とかかと部分がしっかりと作られている。

厚さが多少あり、クッションがよい。すべりにくい。

靴底が厚く、平らな靴は運動用ではありません。



9月1日は防災の日 9月9日は救急の日

おちついて、はっきり伝えましょう。

携帯電話、PHSからの連絡では住所、目印を正確に伝え、救急車が到着するまで電源は入れたままにしておきます。

救急車の呼び方



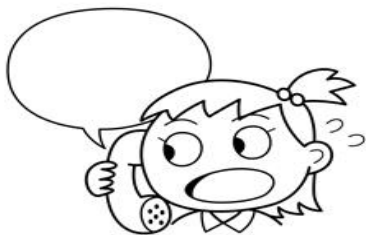
- ① 119番に電話をします。
「救急です」と伝える。



- ②救急車にきてほしい場所を伝えます。目印があればそれも説明します。



- ③いつ、だれが、どうしたのかをわかる範囲で説明します。



- ④必要な手当を聞き、通報している人の名前と電話番号を伝えます。



- ⑤サイレンが聞こえたら目立つようにサインを送り、救急車を誘導します。



- ⑥救急隊が到着したら、容態、手当の内容などを伝えます。