

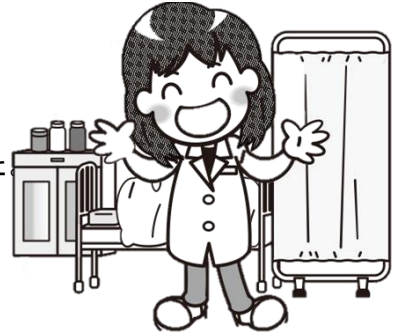
# けんきもりもり

令和3年4月9日 大浦小学校 ほけんしつ ほけんだより



## けんこうしんだん はじ 健康診断が始まります

入学・進級おめでとうございます。新しい学年がスタートしました。みなさんが元気に学校生活を送れるように健康診断を行います。



### けんこうしんだん なぜ健康診断をするの？

#### ①どれだけ成長したか知るため

去年の自分とどれくらいちがうかを確かめることも大切な目的です。



#### ②病気がないか調べるため 学習や運動など学校生活を 送る上で注意することがない かを調べます。



#### ③結果を見て、自分の生活を見直すため

今の自分の体の状態を知って、日々の生活に生かしていきましょう。



## 4月13日(火)・14日(水)に二測定をします

4月13日(火)は4・5・6年生、4月14日(水)は1・2・3年生が二測定を行います。二測定は身長と体重をはかります。

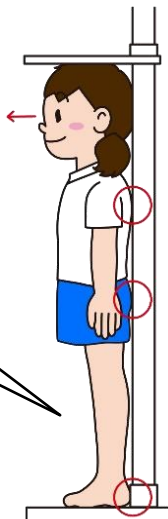
### 身長のはかり方

あごをひいてまっすぐ前を見

背筋をのぼす

せなか・おしり・かかとを

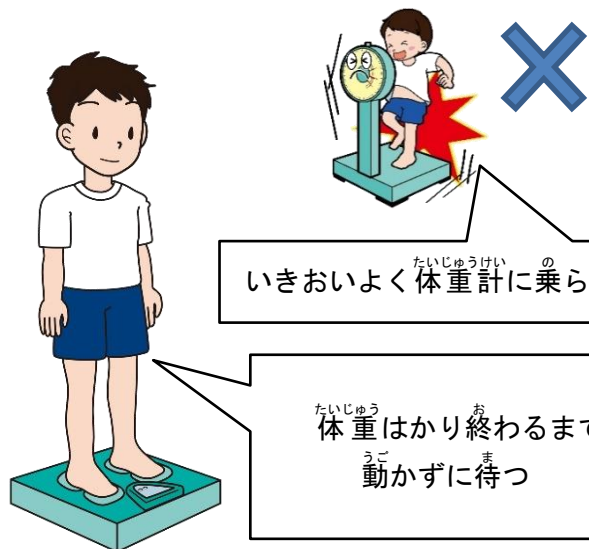
当日は、高い位置でかみの毛を結ばないように気をつけましょう。



### 体重のはかり方

いきおいよく体重計に乗らない

体重はかり終わるまで動かずに待つ



# げんき がっこうせいかつ おく 元気に学校生活を送るために



## おおうちしょうがっこう げんき す やくぞく 大浦小学校で元気に過ごすための5つの約束

### ① がっこう く まえ けんこうかんさつ 学校に来る前に健康観察をする。

毎日、家で体温を測ります。「健康チェックカード」を記入したら、おうちの人のサインをもらい、学校で担任の先生にわたします。



### ② て 手洗い・うがいをする。

朝学校に来た時、休み時間の後、給食の前、そうじの後、トイレに行った後、図書室に入る前など、こまめに石けんで手あらいをします。うがいもいっしょにできるとばっちりです。ハンカチは移動の時も持ち歩きましょう。

### ③ マスクをつける。

運動をしていて息苦しい時や気温が高くて熱中症にかかる心配がある時以外はなるべくマスクをつけます。

### ④ きょうしつ き 教室のかん気をする。

教室のまどやドアを開けたり、かん気を回したりして、空気を入れかえをします。



### ⑤ きそくただ せいかつ 規則正しい生活をする。

## て しょうどく 手の消毒について

音楽室、理科室、家庭科室に入る時などにアルコール消毒液で手の消毒をします。消毒液で手が荒れたりかぶれたりする場合は使わなくてもかまいません。(アトピー性皮膚炎など)



## マスク入れについて

きれいなふくろに名前を書いて持ってきます。マスクを外した時に入れたり、移動する時にも持ち運んだりして使います。



### 保護者の皆さまへ

保護者の皆様におかれましては、子どもたちを感染症のリスクから守るために、次の取組について御理解いただき、御協力をよろしくお願いいたします。

#### ① 登校前は必ず検温と健康観察を行い、健康観察カードに御記入・サインをお願いいたします。

※ 発熱や風邪症状(咳、鼻水、のど)など平常の健康状態と異なる症状がある場合は、無理をせず自宅で休養させてください。

#### ② マスクを入れるための清潔な袋(ジップロックや巾着袋など)の御用意をお願いいたします。

※ 体育等でマスクを外し、持ち運ぶ時など、衛生管理のために使用します。