小野小学校　　ほけんだより

げんきいっぱい



令和２年４月７日
ほけんしつ
おうちのひととよんでね

入学・進級、おめでとうございます



今年度、保健室でお世話になります、養護教諭の大室彩華です。小野小学校のみなさんが、心も体も元気いっぱいに、たのしく学校生活を送れるようにお手伝いをします。どうぞよろしくお願いします！

4月19日までしばらく学校がお休みになります。学校がお休みになっても、ぜひみなさんには体調を崩さず、元気に過ごしてほしいです。まだまだ朝晩冷え込む時期です。ぜひ、自分の生活をよくふりかえって、元気よく生活できるようにしてくださいね。

お世話になる学校医や薬剤師の先生方を紹介します。



学校医	阪本　重之	先生（阪本耳鼻咽喉科医院）
	加納　竜太	先生（ゆうあい整形外科）
学校歯科医	小澤　琢磨	先生（小澤歯科医院）
学校薬剤師	奥貫　英夫	先生（おの薬局）
眼科担当	宮本　孝文	先生（明瞳眼科クリニック）



～新型コロナウイルス対策について～

家庭へのお願い

- 登校前の健康観察、検温の記録をお願いします。
- 体温37.0℃以上や体調が悪い場合は、登校を控え家庭で様子を見てください。
- マスク着用（持参）での登校をお願いします。

学校では

- 毎日健康観察を行います。
- こまめな手洗いうがい、咳エチケット等予防について指導します。
- なるべく座席の間隔を空ける等３つの「密」が重ならないよう努めます。
- 定期的な換気を行い、児童が触れる部分は消毒を行います。

※もし症状がある場合は早退し自宅での休養をお願いすることになります。

健康観察表の記入にご協力ください！

新型コロナウイルス感染症が流行しているのに伴い、毎日の健康観察をお願いすることとなりました。
所定の用紙を本日配布しましたので、朝の体温と症状を記入して登校日には毎日持ってきてください。

～朝の健康観察のお願い～

元気に学校生活を送るために、毎朝のお子さんの様子を、ぜひチェックしてください。

- □ 顔色が悪くないか。
- □ 熱やだるさはないか。
- □ 眠そうではないか。
- □ 食欲はあるか。
- □ せきや喉の痛みはないか。
- □ 頭痛・腹痛はないか。
- □ 元気はあるか。



□○ お休みの間の過ごし方 ○□



早寝早起きをしよう

お休みでも夜更かしは
しないようにしよう

手洗いうがいをしよう

出かけた後と
ご飯の前には必ず
手洗いうがい





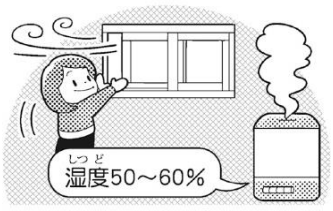
1日3回歯をみがこう

お休みの日こそ
歯をピカピカに

1日3食よく食べよう

朝・昼・晩
バランスの取れた
食事をしよう





換気と加湿をしよう



毎朝うんちをしよう

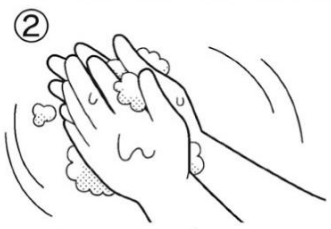


人混みは避けよう

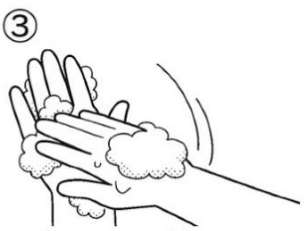
手洗いをマスターしよう



① 手をぬらして、石けんをつけます。



② 手のひらを合わせて、よくこすります。



③ 手のこうを洗います。



④ 指先を洗います。



⑤ 指の間を洗います。



⑥ 親指を洗います。



⑦ 手首を洗います。



⑧ しっかりとすすぎます。

洗い終わったら、清潔なハンカチやタオルでふきましょう。