

すくすく



令和2年 4月 9日
白石市立白川小学校
ほけんだより No. 1
文責：門馬 有香

★お子さんと一緒にお読み下さい。★

ご入学おめでとうございます



暖かな風に誘われ、花々が咲き始めています。
お子さんたちは、大きなランドセルを背負い、ドキドキしたり緊張したりして過ごしていることと思います。
ほけんだより「すくすく」では、保健に関する行事や健康についてのお知らせをしますので、お子さんと一緒にお読みください。

健康診断がはまります

この期間は、学校の配布物や提出をお願いするものがたくさんあります。正しく健康診断を受けられるようよく読んで健康診断に備えてください。詳しい日程については、後日お知らせします。

校医の先生方をご紹介します



- 内科：菅野 裕幸 先生（かのリズムハートクリニック）
- 歯科：巨理 滋 先生（巨理歯科医院）
- 耳鼻科：大沼 秀行 先生（おおぬまクリニック）
- 眼科：浅野 俊弘 先生（浅野眼科）
- 薬剤師：小島 高宏 先生（あさひ薬局）

1年間、健康診断などでお世話になります。



健康診断を受ける前のやくそく



前まえの日はお風呂に入って
清潔せいけつにしておく



睡眠すいみんをしっかりとって
体調たいちようを整ととのえておく



メガネやコンタクトコンタクをしている
人は忘れわすれずに持もってくる



髪かみの毛けが目めや耳みみに
かからないようにまとめる



4月に白川小学校に赴任した門馬有香です。皆さんが、毎日元気に登校して、すくすくと健康に成長していけるようなお手伝いをしていきたいと思っています。よろしくお願ひします。何かあったら気軽に保健室を訪ねてください。

こんなときは、保健室に来てください！

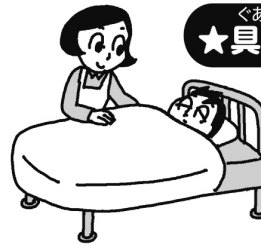
★けがをしたとき

手当てをしますので、いつ、どこで、どこが、どうして、どうなったのか先生に教えてください。



★具合が悪くなったとき

しばらく休めばよくなりそうなときはベッドで様子をみます。



★なやみや相談したいことがあるとき

なにか気になることやこまっていることがあれば先生が相談にのります。



★からだや健康について知りたいとき

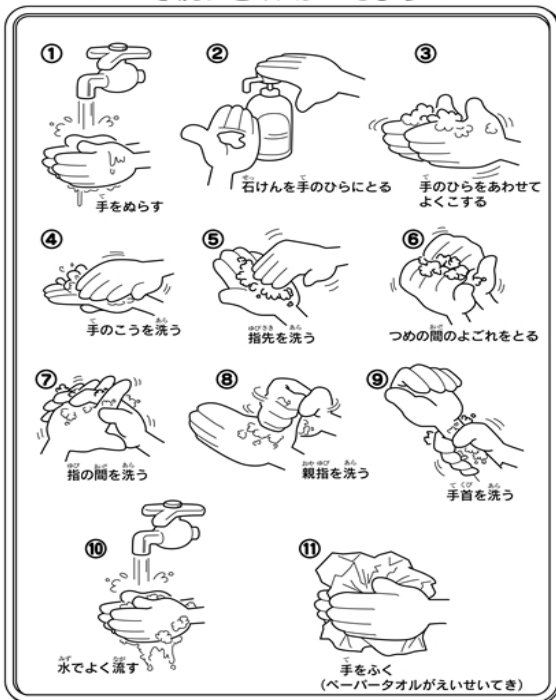
保健室には、みんなの役に立つ本や資料なども置いてあります。



新型コロナウイルス感染症について

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含むせきエチケット」です。こまめに石けんで「手洗い」をしましょう。学校に登校する前に、起きたら体温を測ってください。熱が37.5℃以上ある時には、学校をお休みします。休業期間中も毎日測るようにしましょう。子どもたちの命と健康を守るため、保護者の皆様もご協力をお願いします。

★★★★★手洗いをマスターしよう★★★★★



せきエチケット



なにもせず
せきやくしゃみをする



せきやくしゃみを
手でおさえる



マスクを着用する
(口・鼻をおおう)



ティッシュ・ハンカチで
(口・鼻をおおう)



そでで
口・鼻をおおう