



えが お

令和3年6月 白羽小学校保健室



県内でも、新型コロナウイルスの変異株による感染者が増えており、再度、感染症対策について確認していただきたいと思います。

新型コロナウイルス感染症対策の徹底について（県からお知らせがあった学校外での配慮事項）

- ・不要不急の外出はしない。
- ・1m近接の人混みは避ける。
- ・友人同士の会食は避ける（カラオケや、屋外のBBQ等今は避ける）。
- ・マスクは鼻をしっかりとカバー。
- ・顔を触る前に手洗いを。
- ・部活動等の水分補給は、屋外でも1～2m空けて、しゃべらない。
- ・ジュース等の回し飲みはしない。

変異株への対策も今までと同様に、
3密の回避、マスクの着用、
手洗いなどの基本的な
感染症対策が推奨されています。

（国立感染症研究所）

白小 新型コロナウイルス予防 8つの約束

- ① 毎朝熱を測る。
- ② かぜ症状のときはおうちで休む。
- ③ マスクをつける。
- ④ 手洗いをしっかりする。
- ⑤ 消毒をする。
- ⑥ 換気をする。
- ⑦ 人との距離をとる。
- ⑧ 栄養と睡眠で病気と戦う力を高める。



出典：花王 ビオレu あわあわ手洗いの歌



マスクの予備を持ってきてください。なくしたり、汚れたりしてしまうことがあるので、ランドセルに入れておいてください。

保護者の方へアンケート協力をお願い

御前崎市小中学校では、健康教育において睡眠の指導に力を入れて取り組んでいます。
健康教育がより良いものとなるよう、保護者アンケートをとらせていただきたいと思います。
無記名での回答となりますので、ぜひ御協力おねがいします。

右のQRコードを読み取っていただくか、下記URLからアクセスして御回答ください。

<https://forms.gle/frFXJaKgsjycjJp28>



けんこうしんだんについて 健康診断日程

きゅうきょ、えんきょさせていだいたものがあり、ご迷惑をおかけしました。えんきょになっていたものをうけ、6月はこのような計画で健康診断を行っていきます。

がつ 1日(火)	じ び か けんしん	2・5年生
がつ 2日(水)	し か けんしん	1・2年生・なかよし
がつ 7日(月)	し か けんしん	5・6年生（※6年生の下校時刻が少し遅くなるかもしれません。）
がつ 28日(月)	ない か けんしん	1・2年生・なかよし
がつ 29日(火)	ない か けんしん	3・4年生



◆健康診断の結果について◆

健康診断のあと、再検査や治療などが必要な結果が出た場合は、健康診断結果のお知らせをお渡ししています（歯科検診結果のみ全員に結果を通知しています）。疾患によっては、時間がたつとともに、より重い症状へと悪化するものもあります。なるべく早めに、専門医へ受診することをおすすめします。また、受診した際は、医師に診断結果を書いていただき、担任に提出してください。よろしくお願いします。

ねっちゅうしょうよぼう あつ しすう 熱中症予防 暑さ指数ってなに？

あつ しすう 暑さ指数（WBGT：しっきゅうこっきゅうおんど 湿球黒球温度）は、ねっちゅうしょう よぼう もくてき 熱中症の予防を目的とする指標です。



①しつど ②にっしや ③くしや ④しゅうへん ⑤ねっかんきやう ⑥きおん の3つが影響しています。

★本校では、**浜の子タイム**と**昼休みの前に、運動場の暑さ指数を測定し、鉄棒のところに注意喚起として旗を立てています。**

あつ しすう 暑さ指数	はた いろ 旗の色	ちゅうい 注意すること
31℃以上	あか 赤	そと うんどう きんし 外での運動禁止。
28～31℃	ピンク	はげ うんどう さ 激しい運動は避けよう。こまめな休 憩 と水分補給を。
21～28℃	きいろ 黄色	ちゅうい うんどう 注意して運動しよう。こまめな水分補給を。
21℃未満	あお 青	すいぶんほきやう わす 水分補給は忘れずに。