



# ほけんだより

高岡市立西条小学校 令和2年8月3日 No. 5

通常なら夏休みに入っているところですが、今年度は8月も学校生活を送ることとなります。

教室ではクーラーが入っていますが、外で動くことに今まで以上に気を付けなければいけません。グラウンドの様子など見ながら、危険と判断した場合は、休み時間等に外へ出ないなどの対応を行います。

帰宅後に遊びに行く場合も、水筒などを携帯するようお願いいたします。



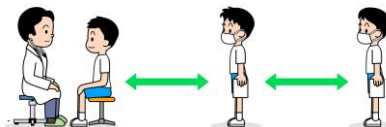
## 検診の日程について

延期していました校医による検診、心臓検診等を再開します。

### 検診日程

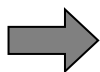
- 8月28日(金) 内科検診(高学年)
- 9月2日(水) 内科検診(中学年)
- 9月8日(火) 内科検診(低学年、特支)
- 9月10日(木) 眼科検診(全学年)
- 9月10日(木) 心臓検診(1年生、4年生若干名)
- 9月17日(木) 耳鼻科検診
- 9月24日(木) 歯科検診(1・3・5年生、特支)
- 9月28日(月) たかおかキッズ検診(4年生)
- 10月1日(木) 歯科検診(2・4・6年生)

変更が生じた場合はHP等でお知らせします。  
消毒等でいつも以上に時間がかかるため、2～3回に分けて行う検診もあります。



## 「わたしの健康」の様式を変更しました

～お願い～



A4サイズ1枚  
毎学期末に配布

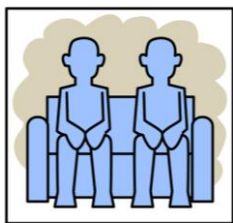
- 毎学期末に配布します。
- 押印、学校への提出は不要です。
- 昨年度まで使用した用紙は返却します。  
ご家庭で保管してください。

- 可能な限りの過去のデータを入力してあります。空欄になっているところは、昨年度までの「わたしの健康」をご覧ください。

## 夏休みもノー3密で

今年は短期間の夏休みですが、お家でゆっくりされる日もあれば、お出かけしているいろいろ楽しむ日もあると思います。楽しむ中でも3密を避け、手洗いや消毒などの対策をしっかりしましょう。

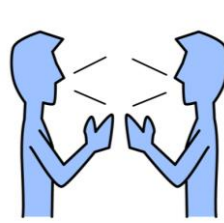
密閉 



密集 



密接 



手洗い VS コロナウイルス 勝つのは手洗い!

コロナウイルスは体に入ると増殖できますが、物の表面にくっつくだけなら時間がたつと壊れてしまいます。でも、くっつく物によって24～72時間くらい、感染する力を持っています。この間にウイルスを触ると、手についたウイルスが体の中に入ってくる危険が…!

そこで、手洗い。

- ① 流水で洗うと、ウイルスは流れていきます。
- ② 石けんの手洗いは、コロナウイルスの表面の膜を壊して感染する力を失わせるので、もっと効果的。

指先、指の間、手首、手のしわ

など、ウイルスが残りやすいところを念入りに洗えば、手洗いの完全勝利!



## 心の健康を保つために

ありがとう

大好きだよ



今、感染症から身を守るために、人には触れない、人との距離をあける、など友達とのスキンシップができません。子供たちも、今までできていた友達との触れ合いや遊びができなくなり、とてもストレスがたまっているのではないかと思います。

「ハグをする」「頭をなでる」「背中をトントンする」などができるのは、今は家族だけです。

短い夏休みですが、いつも以上に「大好きだよ」や「頑張っているね」などの温かい言葉がけを多めにし、あげて家族の時間を大切にしてください。