ほけんだより

スマイル

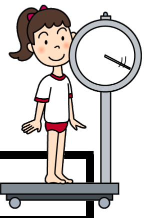
令和3年 9月7日

仙台市立八木山小学校・保健室

9月は気温の変化が激しく，そのために体調を崩す児童も増えます。気温の変化に合わせ，脱ぎ着できる上着を1枚，持たせてください。天気によって朝夕の気温は，だいぶ違ってきます。加えて，冷房を使用している場合，冷風のあたり具合により，不調を訴えてくることもあります。配慮をしていますが，羽織れる物があると助かりますのでよろしくお願いします。

宮城県・仙台市に8月27日から「緊急事態宣言」が発令されました。感染予防について，これまでも行ってきた，「手洗い・マスクの着用・換気・密を避ける」を今一度，確認し，徹底していきたいと思います。子供たちの命を守るための感染予防に引き続き，ご協力ください。

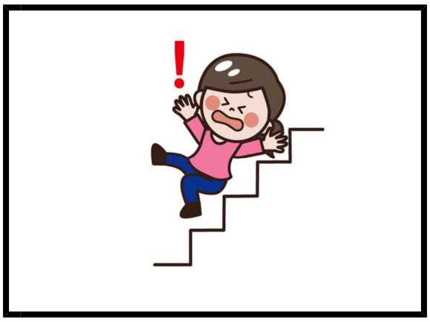
秋の発育測定



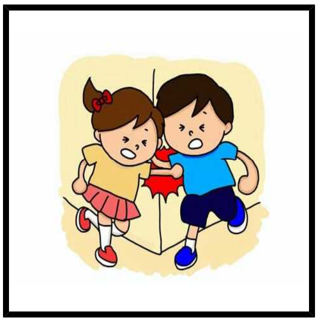
日時	対象学年	健診項目	時間	注意事項
１３日（月）	１年	発育測定	２～4校時	保健室・体育着（半袖短パン）
１４日（火）	２年	発育測定	２～4校時	
１５日（水）	３年	発育測定	２～4校時	秋は体の学習をします
１６日（木）	４年	発育測定	２～4校時	結果は健康手帳でお知らせします
１７日（金）	５年	発育測定	２～4校時	
２１日（火）	特支	発育測定	１校時	
２２日（水）	６年	発育測定	２～4校時	

9月9日は・・・救急の日！自分でできる！大切なこと！

けがは思わぬところで起きるもの。ちょっと注意することで，防ぐことができるけがもあるはずです。学校でのけがは，学習時間より自由に遊んでいる休み時間に多く発生しています。「ろうかを走らない」「周りに注意する」「ふざけない」「約束を守る」「考える（危険予知）」が，けがを防ぐために大切なことです。



１段飛ばしやジャンプ！



角でぶつかる！

遊具でのケガ！鉄棒！

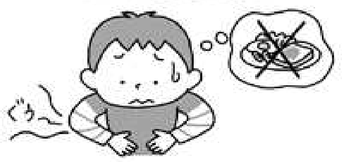
♡ケガをした友達に付き添ってきてくれる，人がいます。一緒にいてくれる人がいると，それだけで，痛みや不安が減りますよね。「ありがとう！」

まいにちチェック！

けが につながるポイント

□ すいみんぶそくはないですか？

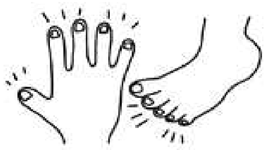
□ 朝ごはんをぬいていませんか？



□ 暑さによるつかれはないですか？

□ 服がゆるい／きつい感じはないですか？

□ 手・足のつめはのびていませんか？



□ くつのひもはゆるんでいませんか？

○生活リズムがくずれた日には注意！

睡眠不足，朝食抜きの日には，体が動きません。

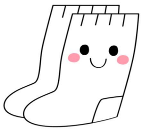
○爪を切りましょう！

手の爪・足の爪を短くきれいにしていないと，爪が割れたり，人を傷つけたりしてしまいます。爪は一週間に一度はチェックしましょう。

○靴に注意！

靴はサイズの合った靴を履き，ひもは結びます。そして，足の清潔のため靴下をはきます。かかとは，つぶしません。

○金曜日には上靴を家に持ち帰り洗います。



＊10月29日(金)『就学時健康診断』(令和4年度入学児童)が午後に予定されています。この日は，全校児童が**給食なしで3校時限で下校**となります。

★昼のテレビ放送で，感染予防について『感染予防のパワーアップ』というお話をしています。学校のホームページに資料を載せましたので，ご覧ください。なお，感染不安のため欠席する場合や，ワクチン接種の場合はご連絡ください。「出席停止」扱いで欠席にはなりません。

子供たちは，今までも約束を守り感染予防に取り組んできました。しかしコロナウイルスは，ますます強力に変化し猛威を振るっています。この感染症の恐ろしさに脅威を感じますが，負けられません。大人も子供も，皆で励まし合い，乗り越えたいと思います。

体温測定・マスク着用のお願い

引き続き，「健康チェックカード」での朝の体温測定をお願いします。土日の測定もお願いします。各教室の入口で提出し，担任が確認することにしています。教室には非接触型体温計があり，忘れた場合は，教室で測定しています。

マスク着用については，習慣化され身に付いている様子で安心しています。暑い日や，運動の際は外すよう指導しています。外したがらないお子さんもいますが，体調を崩してしまうことになりますので，安心できる距離を取った上で外すよう指導しています。感染予防のご協力とご理解，ありがとうございます。

※9月チェックカードに誤りがありましたので，本日(9／7)から新しいカードになります。