

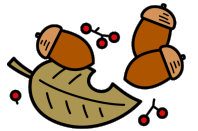
スマイル



令和3年10月4日

仙台市立八木山小学校・保健室

朝晩の爽やかな空気を感じられる季節になりました。読書や勉強、スポーツにじっくり取り組むのによい季節です。秋の発育測定が全学年、終了しました。ご家庭にお知らせする予定です。春と秋を比べて、成長を確認し、身長と体重のバランスをチェックしてみましょう。発育測定では1・2・3年「うんち力」、4年「大切な脳」、5・6年「血液」の学習をしました。大切な体の話を楽しく学習しました。



10月29日(金) 就学時健康診断

(令和4年度入学児童の健康診断です)

この日は全校児童**3校時限**で帰ります。給食はありません。

下校後の過ごし方についてはくれぐれも事故のないようにご家庭でもご指導ください。

※午後の校庭での遊びはできません。ご協力、よろしくお願いします。

保健室の様子から・・・

「のどがいたい」「咳が出る」「吐き気」などの症状で欠席する人や保健室来室者が増えています。季節の変わり目です。半袖でよい時間もありますが、朝夕は気温が低くなり肌寒い日もあります。脱ぎ着しやすい上着があると自分で調節できますので1枚持たせてください。空気が乾燥し、喉を痛めたり、風邪も流行し始めます。常にハンカチの携帯とランドセルには予備のマスクを持たせるようお願いします。マスクは清潔を保てるようにビニール袋に入れてください。

なお、水筒の持参について、今まで熱中症予防のためお願いしていましたが、これからの季節は、喉の保湿(感染症予防)のため、必要な人は、持たせてください。水筒に入れる物は、お茶、麦茶、水、温かい湯等をお願いします。清潔に安全に注意して持ちましょう。

出かけるときは ^て上着 ^{ついで}を持って



10月10日「眼の愛護デー」

今月の掲示板は眼についての情報です。来校時にご覧ください。

お子さんの眼について(視力や色覚)心配されていることが(検査してもらいたい)ありましたら連絡帳でお知らせください。特に色覚については保護者の方の希望による検査しか行っていません。どうぞ心配な場合は養護教諭までご相談ください。

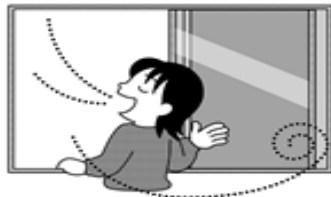
※「色覚検査」は定期健康診断検査項目には入っていません。希望される方のみ、保健室で色覚検査ができます。その場合は連絡帳でお知らせください。



コロナに負けるな！

がまんの
毎日に
イライラする
ときは…

窓を開けて、深呼吸



こまめに換気をして新鮮な空気を吸おう！

お部屋の片付け・そうじ



ジョギング・お散歩



軽い運動を続けましょう。



マスクを
はずして、

からだを

うごかしたら、スッキリするよ♪

新型コロナウイルス感染症の予防は続きます

まん延防止措置が解除となりました。しかし、感染予防は続きます。「ウイズコロナ」で、感染予防をしつつ、できることは始めて行ければと思います。

2学期から学校では、感染予防を継続しながら、いろいろな活動を再開していきます。

※清掃活動を放課後の通常の掃除にします。(2学期10月14日から)

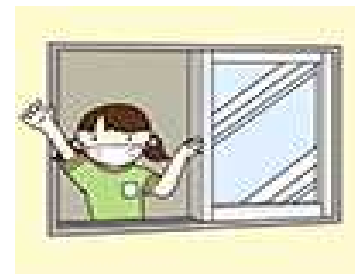
10月15日 世界手あらいの日



正しい手洗い できるようになった？



10月15日は GLOBAL HANDWASHING DAY 世界手洗いの日



暖房していても「かんき」はします！

タブレットを使うときの姿勢に注意しましょう！（30分で休憩！！）

画面と目の距離は 30cm

画面の角度を 傾ける

床に両足を つける



背中を伸ばす

お尻を後ろにして 深く腰掛ける

タブレットを
使うときは…



30分使ったら、
遠くを見て目を休めよう

