



# ほけんだより

令和3年1月6日  
柏市立柏第五小学校  
保健室

おうちのかたといっしょによみましょう

2021年が始まりました。今年もよろしくお祈いします。新型コロナウイルス感染症の流行でまだまだ先の見えない日々が続きますが、一日でも早く元の生活に戻れることを願うばかりです。1・2学期は感染症や風邪でお休みする人が少なく、多くの人たちが元気に登校できていました。3学期も感染症にかからず、元気で健康な毎日を過ごせるように、早寝・早起き・朝ご飯・手洗い・うがい・マスクの着用を心がけて、規則正しい生活ができるようにしましょう。



## （ 3学期の発育測定を行います ）

### ＜日程＞

- \* 1月7日（木）4・5・6年生・なかよし・なのはな学級
- \* 1月8日（金）1・2・3年生



＜場所＞\* 体育館

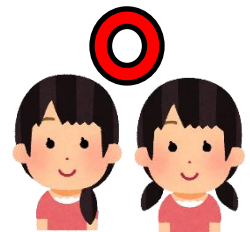
＜測定内容＞\* 身長・体重

＜服装＞\* 上下とも体操服

### ＜注意事項＞

\* 当日は、体操服に着替え、くつ下を脱いで測定します。体育と同じように、タイツやスパッツも脱ぎます。

\* 女の子の髪型について、後頭部でのポニーテールやおだんご、頭頂部に髪の毛の結び目やピン留めなどがあると、正確に測定できなくなってしまいます。二つに結ぶ、下のほうで一つに結ぶ、斜め結びなどをすると正確に測ることができます。



\* 1学期と同様に新型コロナウイルス感染症予防の対策として、身体的距離を保つこと、密接・密集・密閉空間を避けるという観点から体育館で実施します。ストーブをつけても体育館は寒いと思うので、すぐに脱げる上着を羽織ってくると良いと思います。

**※発育測定の日、3学期の身長・体重の結果を記入した健康の記録を返却**

**します。測定結果を確認いただき、1月15日（金）までに学校へ持ってきてください。**

## 〈 インフルエンザに気をつけよう 〉

柏市内でインフルエンザの流行はみられず、五小でもインフルエンザでお休みしている人はいません。しかし、今後、流行する恐れがありますので、新型コロナウイルス感染症とあわせて、インフルエンザの予防にも努めましょう。インフルエンザと診断された場合は学校にお知らせください。出席停止となります。登校の際は、10月30日に配付した「インフルエンザ経過報告書」に保護者の方が記入をして、学級担任までご提出をお願いします。使用して手元にない場合や、万が一、紛失してしまった場合は、新しいものをお渡します。学級担任までお知らせください。また、インフルエンザ経過報告書は柏五小のホームページからも印刷できますのでご活用ください。

### 〈 予防のためにできること・気をつけること 〉

てあら  
**手洗い**



うがい



よふかししない



ぬぜ  
湯冷めに注意



いふるく ちようせつ  
**衣服で調節**



ひとご  
**人混みをさける**



たいよく  
**体力をつける**



じぶんの へいねつ  
**自分の平熱を知っておく**



### 〈 保護者の方へ 〉

現在、新型コロナウイルス感染症の流行もあり、体調不良での来室者を長い時間、何人も保健室で休ませることが難しい状況です。(保健室内での感染拡大や密集空間を避けるため)そのため、発熱時以外でも腹痛や頭痛などの症状で来室し、熱がない場合でもお迎えをお願いしています。その際は緊急連絡カードに書いてある連絡先にご連絡をします。携帯電話の番号が変わった、職場が変わったなど、緊急連絡先に変更がある場合は、学級担任までお知らせください。お仕事などあると思いますが、なるべく早めにお迎えに来ていただきますよう、ご協力よろしくお願いいたします。