



# ほけんだより

令和2年7月1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

がっこう さいがい 1かげつ た すず ひ あつ ひ かんだんさ おお  
 学校が再開して、1ヶ月が経ちました。涼しい日と暑い日の寒暖差が大きく、ぐずついたお  
 てんき つづ からだ つか で ころ おも ほけんしつ づつう きも わる  
 天気も続いて、体に疲れが出てきている頃だと思えます。保健室にも、頭痛や気持ちの悪さな  
 どで来室する人が増えてきました。暑さに慣れていないこの時期は、熱中症が心配です。また、  
 しんがた かんせんしょう ゆだん ひ つづ つか かん とき むり せす はや  
 新型コロナウイルス感染症も、油断できない日が続きます。疲れを感じた時は無理をせず早め  
 やす すいみんじかん かくほ すいぶん こ ほきゅう ひ つづ あさ  
 に休み、睡眠時間をしっかりと確保して、水分を小まめに補給するようにしましょう。引き続き朝  
 けんこうかんさつ きょうりよく ねが  
 の健康観察のご協力も、お願いいたします。



## がっ けんこうしんだん < 7月の健康診断について >

がっ かいめ ないかけんしん し か けんしん おこな  
7月は1回目の内科検診と、歯科検診を行います。



★7月29日(水) 8:30~12:00頃 **内科検診** (なかよし・なのはな・1年生・5年生)

たいそうふく わす ぜんじつ ふろ はい からだ せいけつ  
体操服を忘れず、前日はお風呂に入って体を清潔にしてください。

★7月30日(木) 8:45~15:00頃 **歯科検診** (全学年児童)

あさ は わす こんねんど とうじつけっせきしゃ きゅうさい  
朝の歯みがきを忘れずにしてください。今年度は、当日欠席者の救済はありません。

れいねんおこな ねんせい けんし せんしゅつ こんねんど  
例年行われている6年生の健歯コンクール選出も、今年度はありません。



しんがた かんせんしょうたいさく ないかけんしん じ ちょうしんき まいかい しょうどく し か  
新型コロナウイルス感染症対策として、内科検診時は聴診器の毎回の消毒と、歯科

けんしんじ けんしんようきく しきょう ほんようい ぐち なか ちよくせつさわ  
検診時は検診用器具(歯鏡)を2本用意して、口の中を直接接触することがないようにいた

します。また、会場を校舎1階の低学年室、高学年室、第二図書室とし、待ち時間もなるべく

ひと おお ま かんかく みつ つと まい  
く人が多く待たず、間隔をあけるようにして、密にならないように努めて参ります。

もし集団で検診を受けることに不安のある方がいらっしゃいましたら、学級

担任までお知らせください。

## < 身長・体重・視力・聴力の検査を行いました >

6月15日(月)～19日(金)の5日間で、身長・体重・視力・聴力検査を体育館で行いました。視力が A(1.0)以下だった人と、翌週に聴力の再検査を行って、聞こえにくい音があった人には、「検査結果のお知らせ」をお渡ししています。医療機関を受診されましたら、学校へ結果をご提出ください。とくに問題がなかった場合は、「検査結果のお知らせ」はお渡ししていませんので、ご承知おきください。

## < マスクを忘れずに！！ >

暑い日が多くなってきましたが、子どもたちや職員はマスクを着用して、感染予防に努めています。「マスクを持ってくるのを忘れてしまった」「マスクがどこかへいって無くなってしまった」「マスクが壊れてしまった」などの理由から、保健室にマスクをとりに来る人がだんだん増えています。多い日だと20名前後の人がとりに来るため、在庫が減ってきている状況です。マスクを朝忘れずにつけてくること、そして予備のマスクをランドセルに入れておくこと(多めに入れておいていただきたいと思ひます。)をお願いいたします。文部科学省から届いた布マスクを、ぜひ活用してください。

また、マスクの在庫が無くなってきているので、忘れてしまった人にはペーパータオルとゴムで作った、手作りマスクをお渡します。

ご協力よろしくお願ひいたします。



## < 熱中症に注意しましょう >

暑い日が増えてきました。自粛期間中は運動をすることもあまりできなかったのひ、普段より体力も落ちておひ思ひます。熱中症にならないよう予防していきましょひう。

