

ほけんだより 9月

保健室 / 2021年 9月 2日発行

9月の保健目標 けがの防止に努めよう

9月9日は、**救急の日**です。体育や部活の前の準備運動、校ふかしをしない。交通ルールを守る。など、どれもけがを予防するために大切なことです。予防は誰かにしてもらうことではなく、一人一人が気をつけなければいけないことです。

保健室で手当てするけがには、ちよとした注意で防げたものもあります。

2学期がスタートしました。「しんどいね...」と思いたいから、
・朝起きたあなた!
・朝ごはん食べたあなた!
・あいさつできたあなた!
・登校したあなた!
エライぞ☆立派です。

まず、今日の自分を
しめてあげましょう♡

うっかりしたる
[例] よく見をしながら教室の戸を開けたら、友だちの手がはさまった。

ぶさけていたる
[例] 教室の窓際でじゃれあっていたら、ガラス戸にぶつかった。

あわてていたる
[例] 遅刻しそうなので、自転車のスピードを出していたら、カーブで転んだ。



油断したる
[例] このくらいなら大丈夫!と、階段から飛び降りて捻挫した。

ルールを守らなかったる
[例] 美術の時間に、先生の指示を待たずに彫刻刀を使って、指を切った。

「注意一秒 けが一生」
一秒の注意で、安全にすこししましょう。

始まります!!

誘惑へのチャレンジ

9月13日(月)~17日(金)まで、2学期の生活リズム点検を実施します。それに合わせて、保健体育委員が考えた、メディア機器の使い方を直すキャンペーンを実施します!!

- ＊3つのチャレンジから1つ選んで、取り組んでみましょう。
- ＊おうちの人協力も必要かもしれません。何にチャレンジするかを、おうちの人に伝えましょう。
保護者の皆様、お子様のチャレンジのサポートをよろしくお願いいたします。
- ＊学校保健委員会後、「メディア機器との付き合い方を考え直したい」、「使いすぎると、影響があることが分かったから、使い方を考え直さなきゃいけない」と思ったみなさんの気持ちを、ぜひ行動に移してみましょう。

*チャレンジするルールを1つ選び「○」をつけましょう。	9月13日(月)
メディア機器の使用時間を、2時間30分以内にする。 *学校での使用時間は除く *使った時間も記録しよう	(時間 分)
メディア機器の使用時間帯を、22:30までにする。 *使い終わった時間も記録しよう	(時 分)
メディア機器を、寝る前30分間は使わない。	

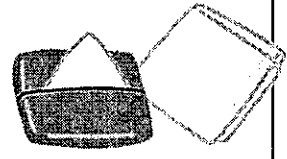
新型コロナウイルスが身近に迫ってきています!

愛知県が緊急事態宣言対象地域に追加されました。

美浜町内でも連日感染者が報告されています。また、今回の第5波では、全国的に小中学生を含む10代の感染が増加しており、2学期をスタートさせることができない学校もあるようです。昨日配布の教育長名・校長名の文書に記載されているとおり、学校でも引き続き感染対策を実施しますが、以下の点について、ご家庭でも再度ご確認ください、留意していただきますよう、よろしくお願いいたします。

検温	
朝	夜

- 朝の健康観察をする。***健康観察カードに記入
 - ・発熱の症状があり、すぐに治まった場合(例:夜に発熱し、翌朝解熱)でも、念のため1日程度、登校を控え受診することをご検討ください。
 - ・ご家族の健康観察もお願いいたします。ご家族に風邪症状が見られる場合には、登校を控えてください。
- 原則、マスクを着用する。**
 - ・正しくマスクを着用しましょう。(鼻を出さない。不織布マスク推奨)
 - ・マスクをせず、近距離で友だちと話すことがないようにしましょう。
- こまめに手洗いをする。**
 - ・ハンカチ・ティッシュを携帯しましょう。*健康観察カードでチェック
 - ・学校では、適宜手指消毒も行います。
- ソーシャルディスタンス(身体的距離)を確保する。**
 - ・友だちと肩を組んだり、手をつないだりすることは控えましょう。



美浜町では、お子様への新型コロナウイルスのワクチン接種の予約がスタートしています。接種後、副反応として発熱・倦怠感・頭痛等が見られる場合があります。ワクチン接種後、体調が優れない場合には、無理せず休養することをおすすめします。ワクチン接種に関わる欠席・遅刻・早退は出席停止または出席扱いとなります。

また、ワクチンを接種したからといって、新型コロナウイルス感染症を100%予防できるわけではありません。気を緩めず、もう一度、自分の行動を見つめ直し、気を引き締め直しましょう。そして新型コロナウイルスから自分、家族や友人を守りましょう。

学校での感染を防ぐためには一人一人の協力が不可欠です。ご協力お願いいたします。何が不明なこと、心配なことがあればいつでもご相談ください。

新型コロナウイルス感染症の陽性・濃厚接触者であることが判明した場合には、学校(87-0121)にご連絡ください。

