



げんき

寒さがきびしくなると…
冬の事故にご用心!

明けましておめでとうございます。今年も保健室から体や心の健康を中心に、いろいろな情報をお伝えしていきます。しっかりとキャッチしてくださいね!



さて、年も明け、寒さも一層厳しくなってきました。雪が降って、氷が張って…冬ならではの風景が見られますね。でも、それとともに「冬の事故」も



心配されるようになってきます。例えば、雪の降る日は見通しが悪くなることで車とぶつかってしまう恐れがあります。また、道路に雪が積もったり氷が張ったりしていると滑って転んだり、足を取られたり…他の季節にはない危険が潜んでいるのです。

特に登下校の時は、普段から慣れた通学路でも十分に注意して歩いてほしいと思います。また、寒い時にポケットに手を入れたまま歩いているとさらに危険です。手袋をつけてくださいね!

お知らせ1

○発育測定を行いました

本日、「わたしの健康」を配付しました。お子さんの成長をご覧になり、表紙「保護者確認印」の3学期の欄に押印して学校にお戻しください。

提出〆切:1月26日(金)

※6年生の「わたしの健康」は6年間の大切な記録かと思しますので、ご自宅で保管ください。

お知らせ2

○使わなくなった体操着の学校寄付について

保健室では、貸し出し用の体操着を常備していますが、どのサイズも数が少ない状況です。もし、家に使わなくなった体操着がありましたら、学校に寄付していただけるとありがたいです。(長袖、長ズボン、半そで、ハーフパンツなど、どれでも、何着でも結構です。)

寄付していただける方は、3学期中にお子さんを通して学校までお持ちください。

おさらい!

マスクの「つけ方・はずし方」

のポイント

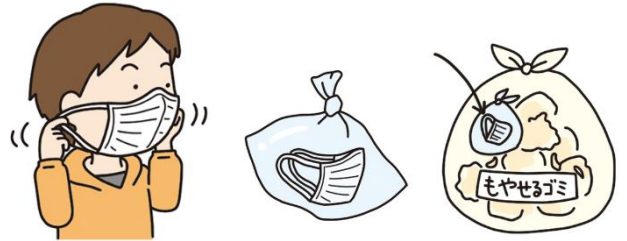
つける

1 鼻をおさえる → 2 あご・ほほをおさえる



はずす

1 ひもの部分を持つ → 2 袋に入れて捨てる



マスクは正しくつけないと、十分な効果が得られないこともあります。日常的にマスクをつける生活も長く続きましたが、いろいろな感染症が流行しやすい冬だからこそ、改めておさらいをしておいてくださいね。



マスクを外した後は、必ず手を石けんでよく洗いましょう。ウイルスやばい菌がついていることがあります。また、咳やくしゃみをする時は、マスクの上からタオルやハンカチで覆うようにしましょう。勢いでマスクが浮き上がり、隙間から細かい「飛沫」が出てしまうことがあります。

… 保護者の方へ ～手洗いの励行・手順確認について～ …

冬の寒さがピークとなる時季が近づきました。引き続き警戒が必要な新型コロナウイルス感染症はもちろん、例年より早くから流行しているインフルエンザやノロウイルスによる感染性胃腸炎も心配されます。

これらをはじめ、多くの感染症において予防の基本となるのが「手洗い」です。習慣として定着しているでしょうか。決して難しいことではありませんが、徹底するとなると、なかなか面倒です。下記のポイントを中心に、お子さんだけでなく、ご家族全員で確認し、予防効果を高める手洗いをお願いいたします。

- ◎帰宅後、食事の前、トイレの後などこまめに洗っているか
- ◎石けんをしっかり泡立てて流水で洗っているか
- ◎手首、指と指の間、指と爪の間などの洗い忘れはないか
- ◎手洗い後、水気を清潔なタオルやハンカチでふき取っているか

