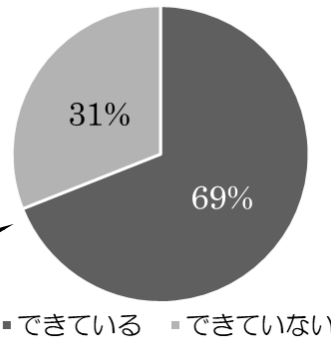




令和2年 9月1日  
十二月田小学校 保健室

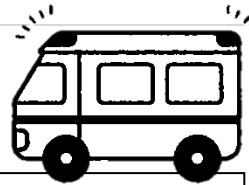
夏休みも終わり、2学期になりました。今年度は外出自粛の影響もあり、体が気温の変化に慣れることが例年以上に難しいといわれています。そんな中で外に出て体が一気に熱くなったり、教室の冷房で冷えすぎたりすると体調も悪くなってしまいます。気温や状況に合わせて脱ぎ着できる衣服を用意しておくといいですね。

1学期手洗い定着率



先生たちに聞きました。  
子供たちは学校で自分から手を洗えていると思いますか？

■できている ■できていない



### 9月9日は救急の日

学校や家でけがをしたときは慌ててしまいがちですが、子供でも自分でできる手当があります。すり傷を水で洗ったり、切り傷をハンカチ等でギュッと押さえたりするのも、その一つです。自分でできる手当を知っていると、いざという時に落ち着いて行動できます。



#### 目のけがのときは・・・

目にごみが入ったときは、手で擦ったりせずに、きれいな水で目をパチパチして洗いましょう。痛みが強いときや、目を強くぶつけたときは、氷で冷やすとある程度痛みがとれますが、目の中が傷ついている場合もあるので早めに病院へ行くようにします。

#### 口のけがのときは・・・


口をぶつけて唇が腫れたり血が出たりしたときは、軽くうがいをしてから氷でそっと冷やすようにしましょう。もし、歯をぶつけて抜けてしまいそうなときは病院へ行きます。歯が抜けてしまっても、そのまま保存液や牛乳の中に入れて歯根膜を傷つけずに病院へ持っていくと元に戻してもらえ場合もあります。

### 9月の健康診断日程

視力・聴力	2日(水)	1年生
視力検査	7日(月)	6年生
	8日(火)	4年生
耳鼻科検診	15日(火)	3年生
発育測定	17日(木)	6年生
	18日(金)	5年生
	23日(水)	4年生
	24日(木)	3年生
	25日(金)	2年生
	28日(月)	1年生

\*2、3、5年生の視力・聴力検査は8月中旬に実施しました。

視力検査の結果がB、C、Dだった人は普段の生活で目が見えにくかったり、眼鏡の度が合っていない可能性があります。早めに医療機関を受診し、受診報告書のご提出をお願いします。



保護者の方へ

文科省や埼玉県のガイドラインが更新され、2学期以降は学校の対策も徐々に変化しています。新しい生活様式に則りマスクの着用や体温チェックは引き続き行っていきますが、今後はより一層、子供たちの手洗いが重要となってきます。ご家庭でも今一度お子様と正しい手洗いの仕方や手洗いの大切さについてお話ししていただきますようお願いいたします。

文科省：学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアル  
[https://www.mext.go.jp/a\\_menu/coronavirus/mext\\_00029.html](https://www.mext.go.jp/a_menu/coronavirus/mext_00029.html)  
埼玉県：県立学校版 通常登校に向けたガイドライン ver.3  
<https://www.pref.saitama.lg.jp/e2201/coronavirus/index.html>

毎日の体温チェックカードのご協力、ありがとうございます。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、今後も毎日の検温は継続させていただきます。また、もしご家族に発熱や風邪症状のある方がいる場合は、備考欄にご記入をお願いします。

【 がんばろう十二月田であらいクイズ 】

Q1. 手洗いにはどのくらいの時間をかけるといいの？  
①10秒 ②30秒 ③60秒 ④120秒

Q2. ハンカチを忘れた！どうしたらいい？  
①洋服で拭く ②友達に貸してもらおう ③ティッシュで拭く

Q3. ばい菌やウイルスは手のどこについているの？  
①指先 ②親指 ③指の間 ④手首 ⑤つめの中

Q4. 学校で流れている手洗い啓発ソングってどんな歌？  
①WashYourHands ②きらきら手洗いのうた ③手を洗いましょう

答えはこちら。十二月田小のみんなは全部わかったかな？  
①→40 °F ②→30 °F ③→20 °F ④→10 °F

