

保健だより

藤沢市御所見小学校 保健室
保護者の皆様へ No.24 2022.3.24

2021年度、もう少して終了!

今年度も、昨年度に引き続き、感染症対策へのご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。

新型コロナウイルス感染症の変異株の特性と、感染拡大状況により、対策もその都度、変更したため、「今はどうするんだっけ?」と悩まれた方もいらしたのではないのでしょうか。

感染症対策については、藤沢市としての基準やルールに沿って、学校生活を行っています。変更があれば、藤沢市教育委員会からお便りが送られていますが、確認のため、「保健だより」でもお知らせさせていきたいと思います。今後も、変更点があればお知らせしていきますので、ご一読ください。

この一年間で、みんな大きくなりました!

子どもたちは、一年間でどんどん大きくなっていきますね。

“上ばき”“体操着ばき”“靴”、小さくなってはいませんか?
学童期は、健康な足をつくるための基礎となります。足の骨、ひとつひとつ完全にできあがり完成するのは18歳頃とされています。基礎となる成長期の間は、足のサイズも体に合わせて、どんどん変化しますが、その時々、大きすぎず、小さすぎない靴や上ばきをはくことは、健康な足づくりに必要なのだそうです。

お子さんの靴や上ばきのサイズを確認してみてください。

また、新年度に向けて、体操着のサイズが合わなくなっているかもしれません。体操着は大きすぎても、小さくても運動がしにくいので、ケガを予防するためにも、動きやすいサイズをご用意ください。

春休みの間も健康調査票の記入をお願いします!!

春休みの間も感染症はお知らせください

インフルエンザ等、従来の感染症に罹患した場合は、地域での流行状況を把握するために、4月に登校してから新担任へお知らせください。

新型コロナウイルス感染症については、これまで通り、次の場合は必ず、学校へ電話連絡をしてください。

- * 児童および同居家族が新型コロナウイルス感染症の検査を受ける場合
- * 上記の検査結果が判明した場合
- * 児童および同居家族が濃厚接触者および感染者となった場合

受診した医療機関名・受診日・診断名や医師の指示
症状がではじめた日などを学校へお知らせください。

御所見小 **48-1255** (平日8:30~17:00)

夜間は翌日、土・日曜日は月曜日にご連絡ください。



かかりつけ医療機関がわからず、受診先がわからず、
藤沢市コロナ受診相談センター 0466(50)8200
AM 9:00 ~ PM 9:00

春休み期間についても、検温等の体調確認をお願いします。発熱や
カゼ症状はかかりつけ医療機関へご相談ください。

えがお

藤沢市立御所見小学校 保健室
児童のみはさんへ No.19 2022.3.24

おうちのひと、いっしょにのみましょう!

はるやす もうすぐ春休み!



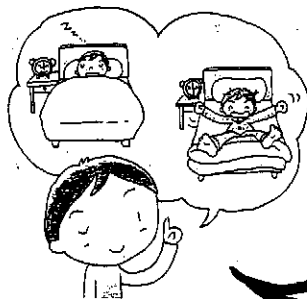
はるやす あいび まいにち たいおん
春休みの間も、毎日、体温をはかり、元気なことを確認しましょう。

けんこうちょうさ さいしやう
そして、「健康調査票」に記入してもらいましょう。

たいちやう
もし、体調がよくなるときには、すぐにおうちの人に伝えます。自分

ようす
だけで様子を見たり、がまんをしつけないでください。

いま げんき つづ
そして、今ある元気を残していくために「早寝早起き、朝ごはん、朝うんちで」
きそくたて せいめい ころ
規則正しい生活を心がけていきましょう。

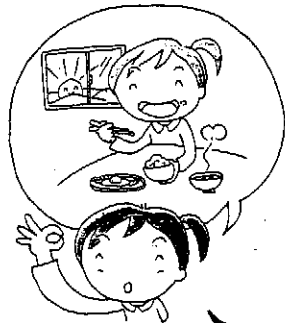


すいみん からだ ちょうし ひと
しっかりと睡眠をとると、体の調子を整えることが
できます! そして...

* うんちがだしやすくなります。

びやうき なお
* 病気やケガの治りがよくなります。

しやうちやうやく べんきやう
* 集中力があがり、勉強がよくなって、
ケガの予防につながります。



あさ た たいおん びやうき
朝ごはんを食べると、体温があがり、病気の
よほう
予防につながります! それと...

* “うんち”がだしやすくなります。

いちにち かつどう はい
* 一日の活動を始めるためのエネルギー源です!



なかい
おうちの中でも
てあら
手洗いをするよ!

じぶん けんき まも こうどう 自分の元気を守る行動をとろう!!

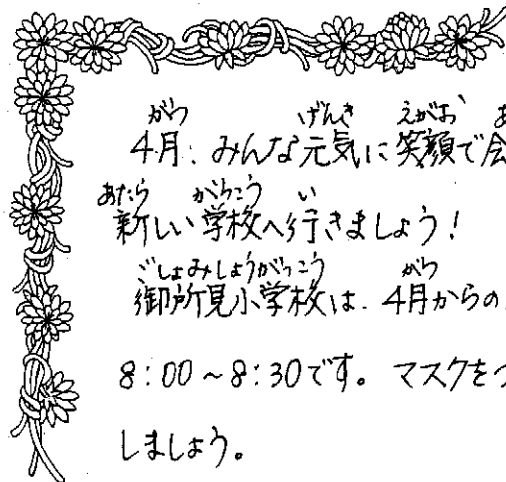
“マスクをする” “せっけんて手を洗う”、ルールも守って
せいめい
生活することが大切です。

そとあら くんどう
外遊びや運動するときは、“マスクをはずしてもいい
けれど、おしゃべりはしない”。“周りのひととの距離は
あける”。

いま つづ
今までやってきたことを、続けていきましょう。



あたう がくねん じゅんび
新しい学年の準備をしましょう。
そして、持ち物には名前を書き
ましょう。



がく げんき えがふ あ ていこう ひと げんき
4月、みんな元気に笑顔で会いましょう。転校する人も、元気に
あたう がく かい
新しい学校へ行きましょう!

じふみしょうがくこう がつ とうこうじかん いま おひな
御所見小学校は、4月からの登校期間も今までと同じで、

8:00~8:30です。マスクをつけて、ハンカチを持って、登校
しましょう。