

ほけんだより 9月

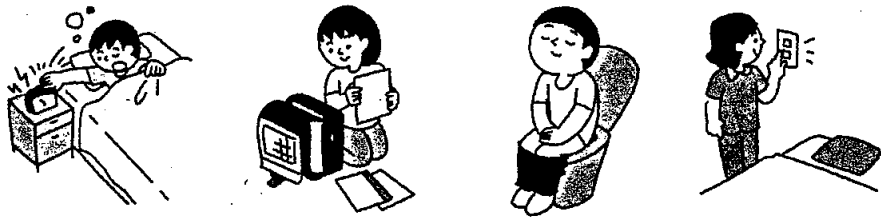
2021年9月2日(木)和歌山市立西脇小学校

長い夏休みが終了し、2学期が始まりました。みなさん、体調はいかがですか。猛暑の日が続く疲れがたまっていますか。今日から給食も始まります。夏休みモードから、学校モードへ切り替え、元気に2学期をスタートしていきましょう。

まだまだ暑い！
熱中症に気をつけて



休みモードから学校モードへ 朝の習慣をシフト!



まずは朝10分早くおきてみる
朝、バタバタしないよう前の日に準備しておく
朝食後は出なくても便座にすわってみる
睡眠時間は大事。夜は早く寝る

9月保健行事予定 ※8月号のほけんだよりから変更しています。	
6日(月)身体測定 5・6年生	8日(水)身体測定 1・2年生
7日(火)身体測定 3・4年生	30日(木)食後尿糖検査 5年生 (6時間目)

自分のできる感染症対策 しっかり続けることが大事

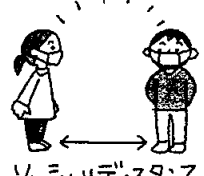
全国的に、新型コロナウイルス感染症の感染が拡大していますね。従来のウイルスよりも感染力も強くなっており、より一層の感染症対策が必要となっています。みなさんも、自分のできる感染症対策をしっかりと続けて、感染拡大を防いでいきましょう。



人と一緒のときはマスク
ひまつを飛ばさない



石けんで手洗い
(定期的にこまめに)
↓たとえば...



ソーシャルディスタンス
人との距離をとる
(人混みは避ける)



栄養や睡眠をしっかり
体力をつける

外からきょうしつに入るとき
そうじがおったあと
トイレに行ったあと
きゅうしょくのまえ/あと



はなをかんだあと
せき・くしゃみをおさえたとき



みんなで使うものをさわったあと



みんなで感染予防を
しっかりしていきましょ
う! 手洗いのあとは、
清潔なタオルで拭き
ましょう。

保護者のみなさまへ
昨年度からの感染症対策へのご協力ありがとうございます。2学期も引き続き、朝の検温、健康観察等、感染症拡大防止の対策にご協力よろしくお願ひいたします。