



れいわ ねん がついつたち
令和5年9月1日(金)

つしりつくしがたしょうがっこう
津市立櫛形小学校

ほ けん しつ
保健室

なが やす あ まわ みな あ たの ことし なつ あつ
長い休み明け、ひと回り大きくなった皆さんに会えるのを楽しみにしていました。今年の夏休みは暑かつたですね。2学期が始まってもしばらくは暑い日が続きます。たくさんの行事がある2学期、熱中症対策・感染症対策に気をつけながら学校生活を楽しみましょう。

おさらいです！



き ねっちゅうしょうたいさく 気をつけよう 熱中症対策

つよ にっこう あつ 強い日光・暑さをさけよう

ぼうし ひがさ つか すず ふくそう
帽子や日傘を使おう。涼しい服装を工夫しよう。



しつない
室内でも、のどがかわいていなくてもこまめに飲みましょう。

しょくじ た えんぶんほきゅう
食事を食べるのも塩分補給になります！

すいぶん えんぶん
こまめに水分・塩分をとろう

むり 無理をしない



つか たいちよう
疲れたとき、体調がわるいときはやす すいみんぶそく
休む。睡眠不足にならないように！

が づ ほけんぎょうじ 9月の保健行事

が づ にち しんたいそくてい ぜんがくねんだいしょう
9月4日(月)身体測定：全学年対象

はん はん たいそうふく そくてい わす うすぎ そくてい
※半そで半ズボンの体操服で測定します。(忘れても薄着で測定します)

しきかくけんさ ねんせいきぼうしゃ ねんせいいじょう いま う きぼう かた
色覚検査：3年生希望者と4年生以上で今までに受けておらず希望される方

ねんせい こじつぶんしょ きぼう
※3年生には後日文書にて希望をとります。

ねんせいいじょう いま う けんさ きぼう ばあい たんにん せんせい つう し
4年生以上で今まで受けておらず、検査を希望される場合は担任の先生を通じお知らせください。



ほごしゃさま 保護者様

- は しみ がき カレンダーの取り組み、声掛けありがとうございました。きゅうしょく あと は さいがい
給食の後の歯みがきはまた再開が難しい状況です。朝晩の歯みがきの声掛けを引き続きよろしく願いいたします。
- あつ ひ つづ じゅうぶん りょう すいぶん ちゃとう すいとう じゅんぴ ねが
まだまだ暑い日が続きます。十分な量の水分(お茶等)を水筒に準備をお願いいたします。また飲みきったり、忘れてしまったときに飲むペットボトルを教室にストックしています。きめい きめい ちゃ も じゅんぴ
記名したストックのお茶を持ってくるようにご準備ください。





感染症に係る出席停止について

現在、出席停止に係る証明書の提出の必要はありません。インフルエンザや新型コロナウイルス等に感染した場合は、学校へ連絡を頂き「医師等から指定された期日」まで自宅待機をしてください。

知っていますか？ Live 119



プール水泳前に学校職員が受けた救急法講習会で、津市が新しく導入した「Live 119」について教えて頂きました。

「Live 119」は119番通報の際、消防の通信指令員が必要と判断した場合に通報者から現場の状況を映像で送ったり、消防から通報者に応急手当の映像を送信することができるスマートフォンを活用したシステムです。

映像通報システム(Live119)の導入で、119通報時に音声に加え送られてきた映像を見ながら応急手当の方法の口頭指導を受けることができるようになったそうです。これは自分が緊急事態に直面した際に自分の判断だけでなく、救急隊員の判断や指導を受けられるので安心して救急車の到着を心強く待てることにつながりますね。



出典 津市広報誌

あなたのつまめ、のびていませんか？

われる！



ひっかく！



はがれる！



意外に多い、つまめのけが。つまめには指先を守ったり、力を入れるときにささえるなど大切な役目がありますが、のびすぎているとけがをしやすくなります。手のつまめの長さは、手のひらのほうから指を見て、出ていないくらいがちょうどいいといわれています。1週間に1回くらいはチェックするようにしましょう。あわせて足のつまめもお忘れなく！



けがの予防にもなる！

「つまめきり」

ついつい忘れてしまう「つまめきり」を週末の習慣にしてみてもいいでしょうか？