

ぼけんだより1月

ひと
おうちの人と
いっしょ
一緒に読んでね



NO.9 2021年1月12日

うえのしょうがっこうぼけんしつ
上野小学校保健室



あけましておめでとうございます。冬休みはゆっくり過ごせましたか。今年のはのんびり・ゆったりとした動きが印象的な丑の年ですね。この1年も心と身体の健康を第一に、焦らず無理をせず自分のペースで頑張りましょう。



ただ ～マスクを正しくつけよう～



外出するときの必須アイテムであるマスク。自分や周りの人たちの健康を守るために大切なもので、今後もしばらくは着用する日々が続きそうですね。毎日使うものだからこそ、正しい使い方をもう一度確認しておきましょう。

《チェックしよう》

- ☐ 自分の顔のサイズに合っている。
- ☐ 毎日新しいもの(洗濯済みのもの)を使っている。
- ☐ 鼻が出ていない。
- ☐ あごが出ていない。
- ☐ 頬や鼻の辺りにすきまがない。
- ☐ マスクの表面には触れない。
- ☐ 予備のマスクを持ち歩いている。



学校で汚したりなくしたりする子がたくさんいます。必ず予備のマスクを数枚ランドセルに入れておきましょう。



うち かた お家の方へ

教育委員会からの文書による通知にもありましたが、今年度はインフルエンザ等による「出席停止証明書」の提出が不要となりました。つきましては、感染症疾患と診断された場合、必ず学校までご連絡ください。なお、出席停止期間については医師の指示を守っていただきますようお願いいたします。

