



分散登校を経て、まもなく通常の学校再開となります。

がまん、がまんの長い休校で、子どもたちだけでなく、きっとおうちの方々もお疲れのことと思います。体を動かす機会が減り、ストレスもたまっていることでしょう。お子さんの様子で、気になることはありませんか？

- 朝、起きられない
- 食欲がない
- だるい
- 夜なかなか寝むれない
- よく泣く、怒る
- 心配ばかりしている
- 登校をしづる
- 頭痛や腹痛をおこす
- やる気が出ない
- テレビやゲーム、スマホ依存になっている
- など

体調不良や感情の乱れなど、さまざまな症状は数か月後に現れることもあります。あせらず、ゆっくりと学校生活に慣れていくこと、睡眠をたっぷりとって体を休めることが大切です。おうちの方は、ぜひ、お子さんの話をいっぱい聞いてあげてください。保健室でも、疲れたときは、ちょっと休んでもらったりしながら、見守っていきたいと思います。



朝の検温(体温測定と記入)、健康観察を忘れずに！

朝のお忙しい時間、ご面倒とは思いますが、よろしくお願います。平熱より高く、体調がすぐれないときは、無理して登校せず、おうちで休むようにしましょう。



手をあらいましょう！

石けんでの手あらいは、みんなができる一番の予防法です。外から帰った時、トイレの後、食事の前はかならず手をあらいましょう。

手をふくハンカチやハンドタオルもわすれずに！



※手指の消毒薬も廊下や教室に設置します。手荒れがひどくなる人は使用せず、手あらいをしっかりとるようにしてください。また、学校では、アルボースG石けんを使用しています。もし、湿疹ができるなど肌に合わない場合は、担任にご連絡ください。

<6月の保健行事>

【身体測定】 3(水) 2年生 } ※体育の半そで、半ズボンで測定します。
4(木) 1年生 }

【視力検査】 **1. 2. 3. 5年生は、聴力検査も行います**

2(火) 5の2、6の2、6の3、6の4

3(水) 5の3、5の4

4(木) 2の2、2の4、5の1

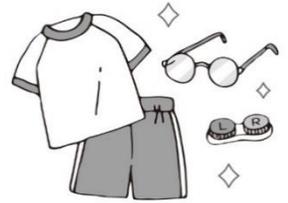
5(金) 2の3、3の3、4の2、4の3、6の1

8(月) 1の1、1の2、2の1、4の4

9(火) 1の3、1の4、2の5、3の1、3の2

10(水) 1の5

12(金) 3の4、4の1



**メガネを持っている人は、忘れずに。
耳そうじもしておきましょう。**

【尿検査】 16(火) 全員・・・前日に検査容器とたよりを配布します

【眼科検診】 18(木) 午前 1, 3, 5年生

【内科検診】 11(木) 午後 3年生

15(月)～25(木) 午後 4, 5, 6年生

※歯科検診(全員)、耳鼻科検診(1,3,5年)は、2学期に実施の予定

※内科検診 2年生は7/2(木)、1年生は7/9(木)の予定

※心電図検査(1, 4年生)の日程は未定

鼻血の出やすい人は
ティッシュと予備の
マスクも持ってきて
おきましょう。



急に暑くなると心配なのが、熱中症です。これから梅雨が近づくと、ムシムシします。マスクの着用で熱がこもり、さらに暑く感じるかもしれません。こまめに水分をとることが大切です。**水筒を忘れずに持ってきてください。**

また、暑くなると汗をかいたり、虫に刺さされたりして、皮膚が炎症をおこしやすくなります。搔きすぎると、とびひになることもあります。汗をかいたらこまめにタオルでふき、**お風呂では体や髪の毛をよく洗って清潔にしましょう。**ゴシゴシこすりすぎないように気をつけてください。



☆3年生全員に「色覚検査申込書」をお渡ししました。希望しない人も提出してください。4年生以上でこれまで検査を受けたことがなく、今回希望する人がいましたら、担任の先生にご連絡ください。