

のびのび

金山小ほけんだより

R2. 11. 2(月)

No. 15

感染症(うつる病気)を防ごう!

最低気温がひとけたの日も見られ、寒さが厳しく感じるようになってきました。金山小学校でも暖房を使う時間がふえてきています。気温が下がり、空気が乾燥するこれからの季節は、かぜやインフルエンザといった病気の原因になるばいきんやウイルスの動きも活発になります。新型コロナウイルスとあわせて感染予防活動を徹底していきましょう。

冬にむけて…。

続けていきましょう

生活リズムを整えましょう

規則正しい生活リズムによって、病気に負けない強い体はつくられます。家庭全体で早起き、早寝のリズムをつくっていきましょう。

金山小学校の合い言葉は「早起き(登校1時間前起床)からはじめる生活リズムづくり」です。

毎日検温しましょう

自分の体調の変化を見逃さないため、また、学校で元気に学習や活動ができるという証明にもなります。毎日の検温と体調チェックを続けましょう。

熱があつたり体調が悪かつたりしたときは、自宅で様子を見るようにしましょう。



マスクをつけましょう

登校する時は、自宅からマスクを着用します。学校では、給食と先生の指示があつたときだけ外すことになります。

マスクの予防効果がニュースでも報じられていました。正しく着用しましょう。

水筒を準備しましょう

水屋での「密」の状態や、蛇口の共用を防ぐため、冬季間も水筒をもって登校するようにしてください。(中身は水かお茶類にかぎりませんが、気温や体調にあわせて、温かいお茶類でもいいです。)水筒は毎日持ち帰り、衛生的に管理しましょう。



変わります



体育の授業がある日も私服で登校しましょう

今までは、体育の授業がある日は体育着で登校していましたが、冬季になり、体育着では防寒性が低いことから、私服での登校に戻します。体育の授業の前後は、「密」の状態をさける工夫をしながら着替えるようにします。

また、コロナ禍ということで、冬季間もこまめに換気を行います。暖房を使用している場合でも外気が入り込むことで寒く感じる事が予想されます。下着の着用や脱ぎ着できる服装等で寒さに備えましょう。