

からだ から 6月号

文教大学附属小学校 保健室 令和2年6月



改めまして、ご入学・ご進級おめでとうございます。

みなさん、3か月間のお休みの間、元気に過ごしていましたか？ 久しぶりに登校する学校はいかがでしょうか？ いよいよ新しい1年の始まりです。クラス替えがあった人たちは、新しい担任の先生に、新しい友達と、まだ慣れないことが多いですが、ワクワクドキドキもたくさんありますね。あわてずに、少しずつ自分のペースで慣れていけるといいですね。

ようきょうゆ なかしまりょうこ
養護教諭の中島綾子です。

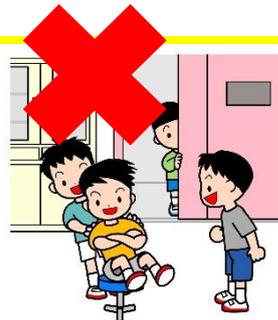
みなさんが元気いっぱい学校生活を送ることができるよう保健室からサポートさせていただきます。具合が悪くなった時やケガをしてしまった時は、もちろんですが、悩み事などの相談がある時にも、気軽に声をかけてください。



保健室、ルールを守って使おうね！



保健室に行く場合には、担任の先生に状況を説明してから行くようにしてください。特に授業中、突然いなくなると心配します。



保健室は具合の悪い人が寝ていることがあります。大声で騒いだり、遊んだりしてはいけません。



保健室に行ったら、いつ、どこで、何をしているときに、どうなったのかを自分の言葉で説明できるようにしましょう。

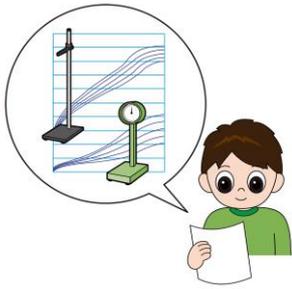


保健室の中にあるものを勝手に使ってはいけません。必ず先生に断ってから使うようにしてください。

保健室は、みなさんが「からだ」、「ころ」のことなどを知ることができる場所でもあります。身長計や体重計、座高計などは、ふだんから使うことができますので、自分がどれくらい成長したのか知りたいときには、ぜひ自分で調べてみてください。

また、ほけんだより「からだから」では、みなさんに知ってほしい体や健康の情報を発信していきますので、目を通してください。

保健室内での3密を避けるため、入室制限をさせていただくことがあります。廊下の待機場所で、静かに待っていてください。ご協力をお願いします。



健康診断は様子を見ながら行っていきます。

毎年、4～6月の時期に行われる健康診断ですが、新型コロナウイルスの影響を考慮し、延期とさせていただきます。

健康診断は、みなさんの健康を守る上で、とても重要なものです。感染防止対策の体制が整い次第、順次行っていきます。

1. どれくらい成長したかを知る

去年の自分と今年の自分、どれくらい成長したかを確認するために行います。特に小学生の時期は、身長がしっかり伸びているか、体重がしっかり増えているかを確認していく必要があります。



2. 病気はないかを調べる

体に病気や心配なところがないかを調べ、学校で勉強をしたり、運動をしたりするために気をつけなければいけないことはないかを確認します。

3. 自分の体を知る

今の自分の体の状態や健康状態を知っておくことはとても大切なことです。健康であるためには、生活の中で自分の体のことを意識することができるようになるといいですね。新しい日程は決まり次第、お知らせいたしますので、ご協力よろしくお願いいたします。



おうちの方へ

お忙しい中、4月末には「生活・学習アンケート」にご協力いただきましてありがとうございました。運動ができなかったり、勉強が進まなかったり、ストレスが溜まったりと、おうちの方も悩まれていることが伝わってまいりました。調査結果は、学校内HPに掲載していますのでご覧ください。ありがとうございました。子どもたちが1日も早く学校生活リズムを取り戻すことができるよう、学校でも支援してまいります。登校しぶりなどの変わった様子が見られた場合には、早めに学校にお知らせください。

新しいクラス、新しい担任の先生と、新しい環境でスタートした子どもたちは、緊張と期待が入り混じった顔をして新しい教室に向かっていました。環境に慣れるまで、少し時間がかかる場合もあるかと思いますが、お子様の毎朝の健康観察を十分に行い、気になる点がありましたら、お知らせください。また、感染症予防の観点からも、引き続き、手洗い、換気、そして十分な食事・睡眠時間の確保にご協力いただきますようお願いいたします。

4～6月は健康診断を行う予定ですが、予定されていた健康診断はすべて延期としています。新たな日程については、また改めてお知らせをいたします。健康診断はお子様の健康状態を把握するうえで、とても重要なものになりますので、ご協力よろしくお願いいたします。

今年度も保健室から子どもたちをサポートしてまいります。至らない点多々あるかと思いますが、どうぞよろしくお願いいたします。

養護 中島綾子