

ほげんだより6月

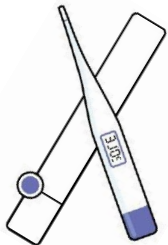
令和2年6月号
和光特別支援学校
No.3 保健室

緊急事態宣言が解除され、学校が再開となりました。田んぼには水が引かれ、太陽の光をキラキラと反射させて心地の良い季節になりましたね。二十四節気では6月5日は「芒種(ぼうしゅ)」です。稲の穂先にある針のような突起を、芒(のぎ)というのだそうです。これからどんどん成長する稲穂と一緒に、学校でも元気に過ごせるように、気を抜かずに健康管理をしていきましょう!!

学校再開後のお願い

学校が再開されるにあたり、健康管理のお願いです。

●新型コロナウイルス感染症に係る健康観察票(児童生徒用)について



学校が再開しても引き続き、毎朝夕の検温・健康観察をお願いします。
休校中の数ヶ月で“平熱”が確認できたと思います。
この記録を基に、万が一学校で発熱した場合の判断に活用しますので、
担任の先生へ提出してください。

●発熱や風邪症状がある場合について

毎日の健康観察において、症状がある場合は登校の自粛をお願いします。
発熱で欠席した場合、翌朝解熱していたとしても大事をとって登校はせずに、
自宅で休養をし経過観察にご協力ください。
学校で発熱したときは、症状だけでなく平熱などからも判断し、早退となります。
その場合は、ご家庭にご連絡をしますので速やかにお迎えのご協力をお願いします。



●マスクの着用について

感染症の予防のために、マスクができる児童生徒のみなさんは、
学校でのマスクの着用をお願いします。
ご家庭でも、日頃からマスクをつける練習をするなどのご協力をお願いします。

●感染症対策のための欠席や早退の扱いについて

発熱や風邪症状による欠席や早退をした場合、出席停止になります。
欠席連絡をする際には、その旨をお伝えください。



○保健室では

保健室内が密にならないように、出入口を分けて一方通行にします。
発熱等があり、お迎えを待つ間は感染症予防のため保健室だけでなく別室を設け休養します。
ご協力をお願いいたします。

熱中症と食中毒にご注意

学校再開と湿度・気温が上がり始める季節が同じタイミングになってしまいました。久しぶりの学校生活と、暑さに慣れていない状況では体調を崩しやすくなります。



身体の抵抗力を高めよう

暑さに耐えるためには…

- ① バランスの良い食事
- ② 十分な休養
- ③ 適度な運動



食中毒予防の三原則

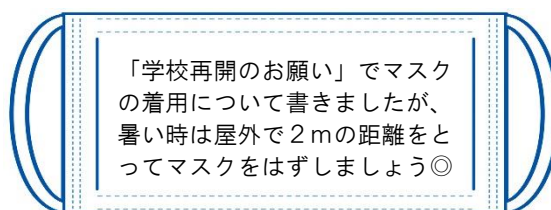
食中毒菌を…

- ① つけない
- ② 増やさない
- ③ やっつける



「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

- ① 暑さを避けましょう
- ② 適宜マスクをはずしましょう
- ③ こまめに水分補給しましょう
- ④ 日頃から健康管理をしましょう
- ⑤ 厚さに備えた体作りをしましょう



「学校再開のお願い」でマスクの着用について書きましたが、暑い時は屋外で2mの距離をとってマスクをはずしましょう◎

出典：環境省 熱中症予防情報サイト

6月4日～10日は
歯と口の健康週間

歯ブラシからのお願いです

<p>歯をきれいにしたあとは…</p> <p>私もきれいにして</p> <p>歯をみがいたあとの歯ブラシは、食べカスや歯垢など汚れがいっぱい。根元についた汚れも流水で洗いましょう。</p>	<p>汚れはとれても…</p> <p>濡れたままにしないで</p> <p>しっかり乾燥させないと雑菌が繁殖してしまいます。風通しのよい場所でブラシのほうを上、立てて保管しましょう。</p>	<p>たくさん働きました…</p> <p>そろそろ交換を</p> <p>毛先が広がったブラシでは、汚れをきちんと落とせません。1カ月を目安に交換しましょう。</p>
---	---	---

保健室のちょっこつコーナー

保健室の外でダンゴムシを発見！ダンゴムシの生態が気になって調べてみました。

そもそもダンゴムシは「昆虫」ではなく、エビやカニと同じ「甲殻類」に分類される生物です。花や野菜など、なんでも食べる雑食。刺激を与えると丸くなり、逃げ足が遅いのが“ダンゴムシ”で、丸くならず足が速いのは“ワラジムシ”というそうです。

島根県のある高校生が、小1の頃「なんで丸くなったり、ならなかったりするんだろう？」とダンゴムシの観察を始めたそうです。小6で「ダンゴムシのふんにはカビを防ぐ効果がある」ということを見つけ、高2で自由研究成果を競うコンテストに発表し文部科学大臣賞を受賞しました。

立派な功績は、身近な疑問から。みなさんも「なんでだろう？」を大事にしてみてくださいね♪

参考：朝日新聞デジタル「ダンゴムシのふんに秘密 小1から研究、11年目で解明」

