

ぼけんだよい

3学期が始まりました。新しい年になり、気持ちも新たに元気にすごしていきましょう！
 栃木県でも緊急事態宣言が発令され、新型コロナウイルス感染症にかかる人がふえてきています。あらためて感染予防について確認し、一人一人が気をつけていきましょう。
 また、心も健康ですぐすために、感染した人や病院ではたらく人を思いやる気持ちも大切にしましょう。
 みなさんがつけているシトラスリボンを見ると、みなさんのやさしい気持ちを感じてうれしく思います。
 ふだんの生活の中でも、お友だちやまわりの人がうれしくなる行動ができたらすてきですね。



あらためて確認

感染症予防



① 検温カードをわすれない！

毎日、体温をはかり、自分の健康をチェックしましょう！学校がある日は、登校したら、担任の先生に提出しましょう。具合が悪い日は、無理せずお家で休みましょう。

保護者の方へ

学校がある日に発熱や、健康観察の結果「異常なし」以外のものがあてはまる場合は、自宅で休養、または、学校へご相談ください。
 風邪症状でお休みする場合は、出席停止になります。（欠席にはなりません。）



② 休み時間ごとに換気をする！

寒い日が続いていますが、換気を忘れずしましょう。授業中は、まどとドアを1か所ずつ、休み時間には全てのまどとドアをあけましょう。また、カーテンも忘れずあけましょう。
 換気後は教室の気温が下がってしまうので、上着を用意して、あたたかい服装をしてください。



③ ポイントを守って、手洗い・消毒をする！

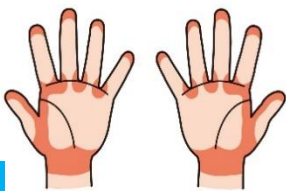
習慣になってきた手洗いや手指の消毒。しかし、『水でぬらしただけ』『指先に消毒液を付けただけ』でやったつもりになっていませんか？もう一度ポイントを確認しましょう！



手洗い・消毒のポイント

- ① 手洗いは、石けんを使って20秒くらい洗う
- ② 忘れがちな部分に注意する
- ③ 手洗いは清潔なハンカチでふく
- ④ こまめに行う

指先・つめの間
 手のこう
 親指



指の間
 指のつけ根
 手首

〇外に行く前と後 〇ごはんを食べる前
 〇教室に入るとき 〇トイレの後
 〇掃除の後 〇みんながさわる物を使う前と後
 〇鼻をかんだあと



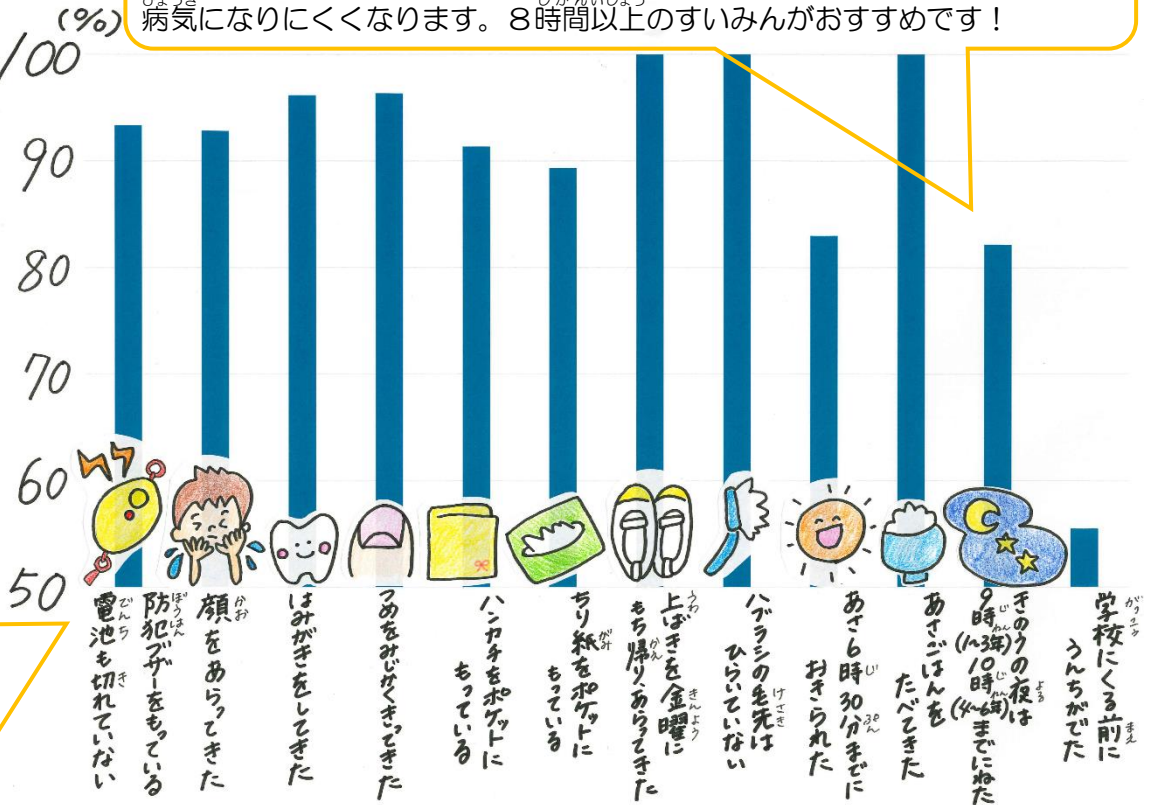


かんきょうえいせい 環境衛生

けんさけっか 検査結果

(1/8実施)

冬休み明けで、早ね早おきができていない人が多かったです。すいみんをとると免疫力(体に入ったウイルスや細菌から自分の体を守る力)が強くなり、病気になるにくくなります。8時間以上のすいみんがおすすめです！



防犯ブザーは、自分の命を守るものです。いつでも使えるように準備しましょう。ランドセルのすぐに見える場所についているか確認しましょう。



1月の身体計測を実施しました

		1月身長 (cm)		1月体重 (kg)	
		校内平均	校外平均	校内平均	校外平均
男子	1年	121.3	116.5	23.4	21.3
	2年	129.0	122.4	29.3	24.0
	3年	136.0	128.2	33.3	27.1
	4年	134.5	133.6	31.7	30.5
	5年	144.4	138.9	37.2	34.0
	6年	149.6	145.0	40.6	38.2
女子	1年	123.3	115.6	26.9	20.9
	2年	130.3	121.6	27.9	23.5
	3年	137.0	127.4	35.4	26.3
	4年	143.2	133.4	36.4	29.9
	5年	143.8	140.1	36.2	34.0
	6年	153.0	146.7	47.1	38.9

1年間での成長はどのくらいでしたか？
おうちの人と確認してみましょう。



「わたしのからだ」を配りました。
お子様と一緒に、ご覧ください。保護者の
確認印を押印後2月1日(月)までに担任
の先生に提出してください。
※6年生は提出の必要はありません。
ご家庭で保管してください。

