



須坂市立日滝小学校保健室便り 令和2年5月15日

新型コロナウイルス感染症拡大防止のために、分散登校をしています

今年度は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、学校では色々な取り組みをしています。

児童の皆さん、おうちの方は体調を崩していませんか？ もしかしたら生活リズムが狂ってしまう人もいるかもしれません。分散登校前の健康チェックカードでの健康観察と検温をお願いします。具合の悪い場合は無理せずおうちで様子を見てあげてください。

< お願い >

学校で貼ったバンソウコウや冷湿布は、おうちで、必ずとって、けがの部位を見てあげてください。

学校でけがをした時、救急処置のために、バンソウコウや冷湿布を貼る場合があります。

お子さんには、おうちに帰ったら、おうちの人に見てもらうように伝えます。おうちに帰ったら、貼ってあるバンソウコウや冷湿布は、必ずとって、けがの部位を見てあげてください。

1年中水筒を持ってきててもよいです



昨年度から、1年中水筒を持ってきて良いことになりましたので、お子様に持たせて下さい

1. 容 器……水筒か、ペットボトル（ペットボトルホルダーなどを使うと良い。

また、安全上、手に持たずに、肩にななめがけにできる、ひものあるものが良い。）

2. 中 身……水か、麦茶などのお茶（水温は10～15℃くらいが飲みやすい。

冷たすぎる氷水は、むしろ体調を崩す原因になります。）

3. 清 潔……中味を毎日捨てて洗い、清潔にしてください。

友だち同士で、ペットボトルの回し飲みは禁止です。自分専用のペットボトルにしましょう。

4. 飲んで良い時

……先生の許可があった時 ・ 休み時間に教室内で飲む

飲み過ぎに注意しながら、じょうずに水分をとりましょう