



7月 ほけんだより

令和2年7月
八千代市立新木戸小学校
保健室

まいあさ けんおん けんこうかんさつ ねが
★毎朝の検温と健康観察をお願いします★

まいあさ けんおん けんこうかんさつ ごとく
毎朝の検温・健康観察について、御協力ありがとうございます。
けんおん わす かにゅう するのをわすれた人は、とうこうごほけんしつ けんおん
検温を忘れたり、カードに記入するのを忘れた人は、登校後保健室で検温してい
ますが、さいきんわす ほけんしつ はか ひと おお
ますが、最近忘れて保健室で測る人が多くなっています。
じぶんじしん からだ もちろん たいせつ まわ ひと
自分自身の体はもちろん、大切な周りの人のためにも、毎朝の検温と健康観察
は引き続きよろしくをお願いします。



暑さに負けない過ごし方



早起きして朝ごはんを食べよう



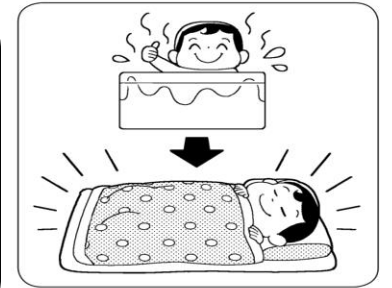
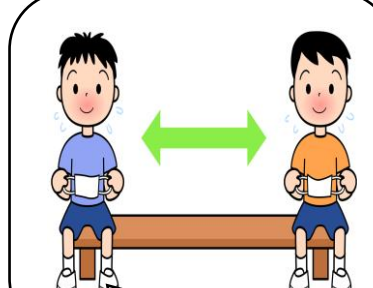
軽い運動をして汗をかこう



こまめに水分補給をしよう



冷たいおやつを食べ過ぎない



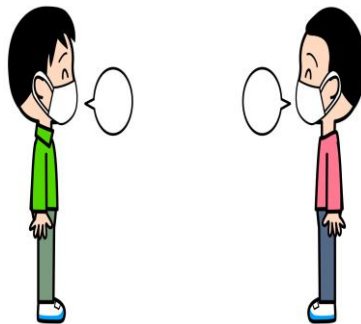
お風呂に入ってぐっすり眠ろう

マスクの中に熱がこもって、熱中症になってしまわない
ように、時にはマスクを外すことも大切です

3つの「いいね」で感染予防

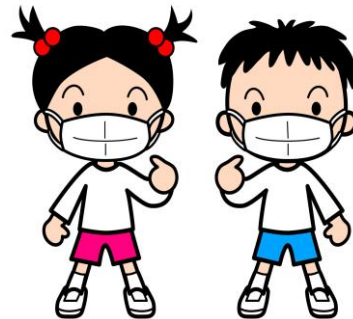
① 距離をとって
「いいね」

- ◆ 触らないのが
おもしろい
- ◆ 離れるのが
やさしさ



② マスク付けて
「いいね」

- ◆ マスクで
友だちを守ろう
- ◆ 大声・正面
きをつけてよう

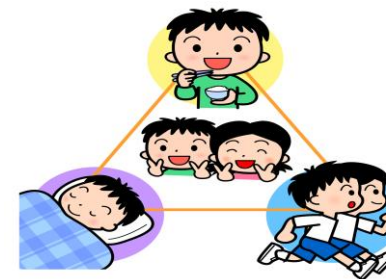


③ 手を洗って
「いいね」

- ◆ 朝も昼も休み時間も
放課後も、しっかり手
を洗おう



病気になりにくいからだをつくろう！



- 十分な睡眠をとろう
- 好き嫌いせずに、何でも食べるようにしよう
- しっかりと体を動かそう

—保護者の皆様へ—

新型コロナウイルス感染症予防による臨時休校のため、学校医や委託機関による健康診断が延期になっておりましたが、9月以降に実施できるようになったと、教育委員会より通知がありました。これから、関係機関と日程調整を行っていきますので、日程が決まり次第お知らせいたします。