



日之影小学校
保健室発
コロナ臨時号

みやぎ^{けんない}県内、そしてひのかげ^{ちやうない}町内でも新型^{しんがた}コロナウイルス^{かんせんしやう}感染症にかかると^{ひと}人がふえています。今^{いま}、わたしたちにできることは、自分^{じぶん}でできる^{よぼう}予防をつづけることです。もう一度^{いちど}、^{よぼう}予防についてかくにんしましょう。

「うまくきたえて」元気にすごそう！



- ① **がいを**する ⇒ ブクブクうがいとガラガラうがいでしっかりと！
- ② **すく**をつける ⇒ 鼻^{はな}と口^{くち}の両方^{りやうほう}をかくし、マスクの外^{そと}がわはさわりません。
- ③ **うき**の入れかえ ⇒ まどは2ヶ所^{かしよいじやう}以上あけましょう。
- ④ **そく**ただしい生活^{せいかつ}リズム ⇒ 夜^{よる}は早^{はや}めにふとんに入りましょう。
- ⑤ **いり**よくをつける ⇒ 運動^{うんどう}をして強^{つよ}い体^{からだ}を作^{つく}りましょう。
- ⑥ **い**ようバ^{しよくじ}ランスのよい食^{あさ}事^{ひる} ⇒ 朝^{あさ}・昼^{ひる}・夜^{よる}きちん^{しよくじ}と食事をしましやう。
- ⑦ **あ**らいをする ⇒ 石けん^{せっけん}を使^{つか}って20秒^{びやういじやう}以上、ていねいにします。

+

まいあさ けんこう 毎朝の健康チェック



保護者の皆様へ

毎日、健康観察カードをご提出いただきありがとうございます。学校では、カードを忘れたときや記入漏れがあったときには、必ず教室に上がる前に電子体温計で検温させるようにしています。

ご家庭でも引き続き、お子様の検温・体調チェックと規則正しい生活習慣をよろしく願いいたします。

【学校での対策】

- 登校後の検温・手指消毒
- 児童・職員の健康観察
- 教室の換気・消毒
- 休み時間の手洗いうがい
- 給食時の黙食
- 保健室での体調不良者とケガ人の別室対応 など