



# ひがしっ子

# すくすくだより

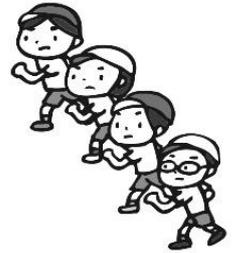
# 5月



2023.5.12 常磐東小学校保健室

新学期が始まって1か月が過ぎました。新しい環境にも慣れたところだと思います。その一方、緊張がとけたことで疲れが出やすいときでもあります。すいみんをしっかりとったり、自分の好きなことをしてリフレッシュしたりしてくださいね。

運動会の練習が始まりました。暑さに負けず、けがに気を付けてがんばりましょう！



## たのしく運動するために、準備はOK？



つめは短く切っておく



夜は早く寝る



朝ごはんを食べる

汗やよごれを  
吸い取ってくれるよ。



下着を着る



全部できて  
いるかな？

サイズの合った靴をはく

## ねっちゅうしょう き 熱中症に気をつけよう

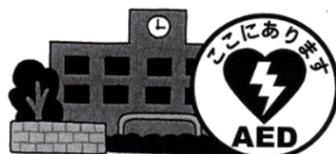
ねっちゅうしょう しんぱい し き とく きゅう あつ  
熱中症が心配な時期になってきました。特に、急に暑  
くなっただ日は体が慣れていないので要注意です。水とうを  
わす も すいぶん  
忘れず持ってきて、こまめに水分をとるようにしましょう。  
うんどうかい れんしゅう ぶかつどう うんどう じかん なが  
運動会の練習や部活動などで運動する時間が長くなって  
いますので、お茶は多めに持ってきてください。

もし、活動中に気持ちが悪く、ふらふらするなど体の  
ちょうし かん かね ねっちゅうしょう むり ちか せんせい つた  
調子がおかしいと感じたら、熱中症かもしれません。無理をせず、近くの先生に伝えてく  
ださい。



## おぼえておこう！

エーイーディー きかい ひと  
AEDという機械は、人の  
いのち たす つか  
命を助けるときに使います。  
もし「AEDもってきて！」と  
いわれたら、場所がわかります  
か？置いてある場所を確認し  
ておくとよいですね。赤い入れ  
ものはい  
物に入っています。



しょくいんしつ  
・職員室  
ほけんしつ  
・保健室

ときわがししょうがっこう エーイー  
常磐東小学校には、A E  
ディー だい ほけんしつ  
Dが2台あります。保健室に  
あるAEDは、水泳の授業が  
はじ さいえい じゅぎょう  
始まると、プールに置きます。  
しょくいんしつ いどう  
職員室にあるAEDは移動し  
ません。

★5、6年生は、6月1日（木）にエーイーディーをつか しんぱいそせいほう まな よてい  
AEDを使った心肺蘇生法を学ぶ予定です。



## 保護者の皆様へ 治療のお知らせカードについて

★健康診断の結果に異常の疑いがあったお子さんには、治療のお知らせカードを渡します。治療カードを病院へ持っていき、診てもらってください。診察の結果を記入してもらったら、担任までご提出ください。定期的に診てもらっている場合など、すぐに受診をする必要がなければ、その旨をお知らせください。

★学校での検査・検診はスクリーニングという方法で実施しているため、いずれも最終的な診断結果ではありません。そのため、病院での検査結果と異なる場合があることをご理解ください。

## 保護者の皆様へ

新型コロナウイルス感染症が2類感染症から5類感染症に移行したことに伴い、以下のような対応をすることになりましたので、ご理解ください。

### 1. 学校における新型コロナウイルス感染症対策の考え方について

#### (1) 平時

- 健康観察、適切な換気、手洗い等の対策を引き続き実施する。
- マスクの着用を求めないことを基本とする。
- 給食等の食事をする場面における「黙食」は求めない。ただし、感染の拡大が懸念されるような状況になった場合は、注意を促す。

#### (2) 感染流行時

- 活動場面に応じて、次のような措置を一時的に講じる。
  - ・「近距離」「対面」「大声」での発声や会話を控える。
  - ・触れ合わない程度の身体的距離を確保する。

### 2. 出席停止及び臨時休業の措置について

#### (1) 出席停止

- 感染が確認された者の出席停止の期間は、発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまでを基準とする。
- 出席停止の解除後、発症から10日を経過するまでは、マスクの着用を推奨する。
- 濃厚接触者の特定は行われなくなるため、同居の家族が感染していても、本人の感染が確認されていない場合は、直ちに出席停止としない。(心配がある場合は、学校にご相談ください。)

#### (2) 臨時休業

児童生徒の学びの保障の観点等に留意しつつ、必要な範囲、期間において対応する。