



すこやか3月

しづしょうがっこう
志津小学校 ほけんだより

れいわ ねん がつ にち げつ
令和5年2月27日 (月)

おうちのひととよみましょう。

いまのクラスで過ごす時間もあと少しになりました。みなさんにとってどんな1年でしたか？楽しいことやうれしいことだけでなく、大変なことやつらいこと、たくさんを経験したと思います。その経験はすべて心の栄養となって、みなさんを支えてくれます。誰かとくらべたり、あせったりする必要はありません。自分のペースで次の学年へとステップアップしていきましょう。



ほけんしつ ねんかん 保健室の1年間

ほけんしつ ひと
保健室にきた人は、

2740人

ほけんしつ ひと
ケガで保健室にきた人は、

1900人

ほけんしつ ひと
保健室にきた人が

おお つき
多かった月は、

10月

ぐあい
具合がわるくて

ほけんしつ ひと
保健室にきた人は、

778人

✿その他、相談などで保健室にきた人は、62人でした。

自分のケガや身体の具合について、自分の言葉で話せる人がたくさんいたことがとてもよかったです。ひとりで話すのが難しいときには、つきそいの友だちや時にはお兄さんやお姉さんが助けてくれていました。困ったときには、「困ってる！」とすることができ、困っている人がいたら「どうしたの？」と声をかけることができる、互いに助け合える志津っこのみなさんの素敵な姿を見ることができ、大変うれしく思います。

また、運動場や中庭でこけてケガをしたときに、水道の水で砂や泥を洗い流してから保健室にくる人が増えたのがとてもよかったです。ケガをしたときに、自分でできる処置を覚えておくことは大切です。





✿ 咳エチケットについて ✿

新型^{しんがた}コロナウイルス^{かんせんしょう}感染症^{りゅうこう}が流行^{ねんめ}してから4年目^あになり、マスク^あをつけることが^{まえ}当たり前^よの世の中^{なか}になってきました。今^{いま}でも感染^{かんせん}する人^{ひと}が少^{すく}なくな^なく、まだ^{ゆだん}油断^{ゆだん}はでき^{すこ}ませんが、少し^{すこ}ずつ元^{もと}の生活^{せいかつ}に戻^{もど}っていくために、3月^{がつ}の中頃^{なかごろ}からはマスク^かをつけてもつけ^ななくてもど^なちらでもよ^いこ^とになってい^いきます。心配^{しんぱい}だからマスク^かをつけてい^いたい人^{ひと}、息苦^{いきぐる}しいからマスク^かを外^{はず}したい人^{ひと}、い^いろいろな人^{ひと}がいて^{おも}います。自分^{じぶん}とちが^{かんが}う考^{かんが}えの人^{ひと}を責^せめるのでは^ななく、い^いろいろな考^{かんが}えを持^もった人^{ひと}がいて^{みと}ることを認^めあ^えるよう^ににしま^しょう。

マスク^かをつけ^ななくてもよ^い生活^{せいかつ}に戻^{もど}ってい^いきますが、学^{がっこう}校^とではた^とくさ^んの友^{とも}だちと一^{いっしょ}緒^に生^{せいかつ}活^してい^います。人^{ひと}がた^たくさ^ん集^{あつ}まる^ある^ひところ^はで感^{かんせんしょう}染^ひ症^はが広^{ひろ}まり^いやす^いくなる^ので、咳^{せき}エチ^いケ^いツ^きット^を意^い識^しして過^すご^しま^しょう。

✿ 基本^{きほん}の咳^{せき}エチケ^いツ^きット ✿

✿ 体^{たいちよう}調^{じょう}がよ^よくない^{とき}に^は、マ^まスク^をつ^つける。



→鼻^{はな}とあご^{あご}が^かか^かれる^{よう}に、正^{ただ}しく^つけ^まし^{ょう}。

✿ 咳^{せき}やく^{やく}しゃ^{しゃ}み^が出^でると^{きは}、ハ^はンカ^ンチ^やティ^{ティ}ッ^ッシ^シュ^で口^{くち}・鼻^{はな}を^おお^おう。



→口^{くち}・鼻^{はな}を^おお^おった^{ティ}ッ^ッシ^シュ^はす^ぐに^ごミ^ご箱^{ばこ}に^すて^まし^{ょう}。

✿ ハ^はンカ^ンチ[・]ティ^{ティ}ッ^ッシ^シュ^がな^いと^{きは}、服^{ふく}の^そで^でお^おう。



✿ こ^{こう}んな^{んな}風^{ふう}にな^なって^いま^ませ^せん^か…？ ✿

咳^{せき}やく^{やく}しゃ^{しゃ}み^には^から^だの^なか^に入^{はい}った^{きん}菌^{きん}やウ^うイ^いル^るス^を外^{そと}に出^だす^{やく}わり^役割^{わり}が^あり^ます。そ^のた^め、咳^{せき}やく^{やく}しゃ^{しゃ}み^のな^かに^はた^たく^さん^の菌^{きん}やウ^うイ^いル^るス^がふ^くま^れて^いま^ます。鼻^{はな}や口^{くち}を^おお^おわ^ないと^菌きん^やウ^うイ^いル^るス^がま^まわ^りに^とち^ち散^ちら^せて^いま^ますし、手^てで^おお^おう^と菌^{きん}やウ^うイ^いル^るス^が手^てに^つき、そ^の手^てで^いろ^ろな^なと^ころ^をさ^わって^菌きん^やウ^うイ^いル^るス^をひろ^めて^いま^ます。咳^{せき}エチ^いケ^いツ^きット^をい^いし^き意^い識^しして、み^みん^なが^きち^よく^す過^すご^せる^{よう}に^にま^しょう。

