はっぴーすまいる

令和２年度　　臨時号
大東小学校　ほけんだより

「早寝」「早起き」「朝ごはん」「朝うんち」で元気いっぱい生活しよう!

世界中で新型コロナウイルス感染症が流行しています。新型コロナウイルス感染症を予防し、広げないようにするために、自分の健康状態をよく知り、生活習慣を整えていくことが大切です。

★　新型コロナウイルス感染症対策　★

～　自分の命を自分で守るために　～

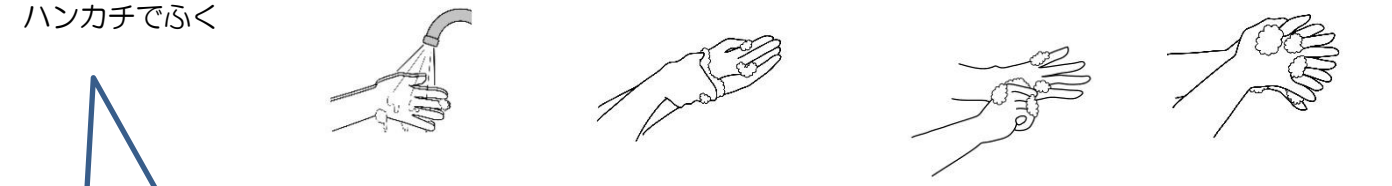
① ３０秒かけて、ていねいに手を洗いましょう。

＜手洗いのしかた＞　　＊手洗いの前に、つめを短く切っておきましょう。

手をぬらす ⇨ 石けんをあわだてる ⇨ 手の平をあらう ⇨ 手の甲をあらう ⇨ つめをあらう

⇩

指の間をあらう ⇦ 親指をあらう ⇦ 手首をあらう ⇦ 石けんをあらい流す ⇦ きれいなハンカチでふく



毎日、清潔なハンカチを持ってきましょう。ハンカチは友達にかりたり、かしたりしないようにしましょう。

手洗いの効果が一目瞭然！！

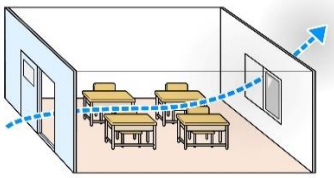
② せきエチケットを守りましょう。

・口とはなをおおわずにせきやくしゃみをしたり、手で押さえたりするのはやめましょう。
・マスクをつけ、口とはなをおおいましょう。
・マスクがないときは、ハンカチやティッシュで、口とはなをおおいましょう。
・マスク、はんかち、ティッシュがないときはそでで、口とはなをおおいましょう。
・マスクは、ひもを持って外しましょう。

★学校が再開しましたら文部科学省から届いたマスクを配付予定です。

③ バランスの良い食事、十分な睡眠、適度な運動を心がけて、免疫力を高めよう。

④ 空気を入れ換えましょう。



・まどは、一カ所だけではなく、反対側のまども開けることが大切です。

★学校が再開したら・・・

- 毎日必ずおうちの人と一緒に、登校前に体温を測り、健康状態を確認しましょう。
- 「健康チェックカード」を毎日おうちの人に記入してもらい、朝、学校に来たら、担任の先生に提出しましょう。
- 発熱、かぜ症状がある場合は学校を休み、体を休めるようにしましょう。

お知らせ

・今年度から、養護教諭補助員として、坂野　佐恵子先生がいらっしゃいます。坂野先生からのメッセージです。

「大東小学校の教室が明るく広々していて、びっくりしています。すてきな校舎でみなさんとすごせることを楽しみにしています。よろしくお願いします。」

おうちの方へ

・今年度の定期健康診断は、延期して実施することとなりました。なお、今後も予定が変更になることがありますので、ご承知おきください。
・スポーツ振興センターの共済掛金（保護者負担３７０円）を後日、学年費より徴収させていただきます。ご承知おきください。ご不明な点は、大府市教育委員会にお問い合わせください。