

# けんこういちばん

令和3年12月23日  
直江津小学校  
ほけんだより No12

## 2学期の健康・安全を振り返って

82日間の長い2学期でしたが、事故や大きなけが、感染症も少なく元気に過ごすことができました。マスクの着用、毎朝の検温など保護者の皆様から日々ご協力いただきありがとうございます。



今冬は、新型コロナウイルス感染症の新たな波とともに、感染性胃腸炎やインフルエンザの流行も心配されますが、感染症予防の基本に変わりはありません。裏面の「新しい生活様式に基づく冬季休業中の過ごし方」をお読みいただき、冬休みも引き続き健康、安全に気を付けてお過ごしください。



避難訓練（地震・津波対応）



持久走記録会



たのスポットタイム



学校保健委員会



毎月のミニ保健指導



運動ができる環境づくり

## 大人の支援が必要です！『冬休み中のメディアマナー』

冬休みに入るに当たり、10月に親子で見直した“家庭のルール”について、お子さんと内容を確認してください。そして、守れている時は「えらいね。」「頑張っているね。」と褒めるなど、支援、見守りをお願いします。

時には、お子さんと一緒に電子ゲームを楽しんだり、お子さんが見ている動画を見せてもらったりするのもいいですね。

また、お手伝い、雪遊び、読書など電子メディア以外の時間も充実させ、めりはりのある冬休みにしたいものです。



**お願い** 歯ブラシ、コップ、袋を持ち帰ります。きれいに洗って持たせてください。歯ブラシは、毛先が開いていたり、汚れていたりする場合は新しいものに交換してください。

該当するお子さんにピンク色の治療勧奨用紙を配付しました。冬休みを利用してむし歯などの治療を済ませましょう。

## 1 新しい生活様式に基づく冬季休業中の過ごし方

### (1)日常生活

- ・毎日、健康観察(検温)を行い、発熱、かぜ症状がある場合は、自宅で休養する。
- ・免疫力を高めるために早寝、早起き、バランスのとれた3食の食事、十分な睡眠を確保する等、規則正しい生活を心掛ける。
- ・食事前やトイレ後、外出後は、手洗いを励行する。  
手洗いは、30秒程度かけて、流水と石けんで丁寧にを行う。

検温等の記録は黄色の「健康観察カード」をお願いします。

### (2)外出時

- ・基本的にマスクを着用し、三密(密接、密集、密閉)を避けた行動を心掛ける。
- ・咳エチケットを守る。

### (3)年末年始等、全国的に移動が頻繁な時

- ・不特定多数の移動が見込まれることから、感染の多い地域への旅行等を行うとき、大勢の人との接触がある場合などは、特に感染予防の対策を行い、毎日の健康観察を徹底する。

### (4)3学期始業日

- ・発熱等かぜ症状が認められる場合は、登校せずに受診する。

## 2 新型コロナウイルス感染症が疑われる時

- ・発熱等の風邪症状がみられる場合は、かかりつけ医等の身近な医療機関に直接電話相談し、受診する。
- ・濃厚接触者となった場合や、PCR検査を受ける場合は、すみやかに学校へ連絡をする。(家族の場合も含む)

<連絡先>

- ★平日 直江津小学校 025-543-2645
- ★休日・閉庁日・夜間 教頭の携帯へ

すぐに解熱した場合や症状が軽い場合でも、念のため受診するようにしてください。

## 3 心身の状況が心配される時

- ・新型コロナウイルス感染症の長期間にわたる流行による不安やストレスにより、心身の状況が心配される場合は、早めに学校へ相談する。

### 年末年始の急な発熱等に備えて・・・

年末年始に発熱等体調不良になった時に、相談、受診できる機関を市の広報やHPなどで確認しておきましょう。

「新潟県新型コロナ受診・相談センター」は、24時間、年中無休(年末年始も対応可)です。

★センター窓口電話 025-256-8275

