

# ほけんだよい

令和2年9月16日  
調布市立第二小学校  
保健室



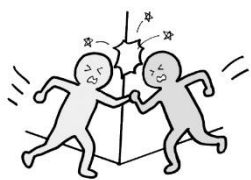
## 秋の気配が少しずつ

いつもより短かった夏休みがおわってからの2学期は、毎日とても暑い日がつづきました。水分補給を上手にしながらがんばって過ごしていましたね。これから少しずつ秋らしい涼しい日が増えてきそうです。台風などの心配はありますが、ひとまず暑さからは解放されて、からだへの負担は軽くなるかもしれませんね。2学期、みんながけんこうですごせますように。

## けがに注意！ 予防も大事

休み明け、みんな元気にごしている様子が見えてとてもうれしいです。今週から外遊びの機会も増えたので、より楽しく学校ですごしてほしいと思います。

そのためにも、気をつけてほしいのが「けが」。「けが」は、自分がどんなに注意していても起こるものですが、大きな「けが」にならないように、また「けがをさせない」ようにすること、起こりにくくする工夫はできます。遊ぶ場所や遊び方、落ち着いて生活することなど、大きなけがにつながらないように予防も心がけましょう。



お互いに走っていると、出会いがしらでぶつかったときに大きなけがにつながってしまいます。



そうじの時も、落ち着いた気持ちで、まわりに気をつけながらやれるといいですね。



階段・廊下の移動は、急いでいるときほど落ち着いて。けがをしてしまったのでは、逆におそくなってしまいます。

## けんこうしんだん

### 健康診断がすすんでいます

これまで1学期に行われていた健康診断が、2学期のスタートと共にすすんでいます。どんな検査をして、どんな検診があったか覚えていませんか？

このあとは、耳鼻科検診と歯科検診を10月に行う予定となっています。

### けんこうてちょう かえ 健康手帳を返します

9月はいつも通り、身長と体重を測定しました。健康手帳に記入しています。どれくらい成長したかな？確かめてみてくださいね。他の健康診断の結果については、全部の項目が終わってから記入する予定です。

今回は9月の身長・体重記入欄の「印」のところに、おうちの方に印またはサインをしてもらって学校に持ってきてください。

おうちの方へ

【※保健調査(1・2P)の未記入がないか確認をお願いします】

学校にもってくるのは、18日(金)までです

## おうちの方へ

2学期のスタートから3週間が過ぎました。短い夏休みの後の酷暑で、子供たちの健康状態が心配でしたが、予想以上に頑張っていた印象です。

熱中症の予防には、教職員もことさら気を使い、対応してきています。外での体育では日陰をうまく利用して指導をしたり、何度も水飲みを促したり、子供たちの健康状態をみながら活動している様子が保健室からもうかがうことができました。

さて、新型コロナ予防のための「新しい生活様式」については、かなり浸透してきています。もちろん指導あってのことではありますが、子供たちは本当によく頑張っていると思います。しかし、どれだけ気をつけていても、今後、新型コロナに感染してしまうことや濃厚接触者となってしまうことはあるかもしれません。怖いのは、それによって人を差別することにつながることで、そうした悲しいことが起きないように考えていくことが強く求められる時期になっています。おうちでも話題になるといいのではないかと思います。

校内の消毒には多くの保護者の方に協力いただき、ありがたい限りです。そして、学校に足を運ぶという形でなくとも、思いを寄せてくださっている多くの保護者の方にも感謝いたします。