

ほけんだより5月号



令和5年5月10日
長崎市立小島小学校
保健室

あっという間にGWが終わり、運動会の練習が始まりました。慌ただしい日が続き体調も崩しやすくなります。ご自宅での健康観察をよろしくお願いいたします。

5月の保健行事



9日(火) 耳鼻科検診(1・3・5年) 10日(水) 心電図検査(1年)
23日(火) 歯科検診(1・3・6年) 26日(金) 歯科検診(2・4・5年)
31日(水) 眼科検診(1・4・6年)



もうすぐ運動会!



運動会まであと2週間をきりました。「かきくけこ」の合言葉に注意して、運動会の練習をがんばりましょう!

かみ (髪) は、まとめておこう!

き ってるかな? 手足のつめ

く つのサイズは合っているかな?

け がよぼうの準備運動をしっかりとしましょう!

こ まめに水分補給をわすれずに!



この「かきくけこ」に加えて、何より大切なのが**はや**・**はや**・**あさ** **早ね**・**早おき**・**朝ごはん**です。

運動会の練習中に大きなけがや体調不良にならないように、規則正しい生活を送って疲れをためないようにしましょう。



5月の保健目標 衛生に気をつけよう!

運動会の練習が始まり、汗をかき機械が増えます。汗をかいたらタオルでふきましょう。5月は、歯科検診もあります。むし歯が見つからないように、毎食後の歯みがきを忘れずにしましょう。



新型コロナウイルス感染症、5類感染症へ

保護者の皆様

先日、学校からの文書でお知らせしていましたが、5月8日より新型コロナウイルス感染症が5類感染症へ移行することに伴い、感染症対策や出席停止の扱いが変更となりました。

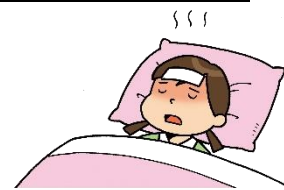
〈感染対策〉

- これまで同様に基本的な感染対策の指導は継続しますが、マスクの着用は求めないことを基本とします。
- 「黙食」の必要はありません。
- 家庭、学校での健康観察は継続しますが、**健康観察記録表(検温表)の提出は不要**となります。



〈出席停止の扱い〉

新型コロナウイルス感染症に本人が感染した場合、



「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」が出席停止となります。

なお、発症した日が0日となり、発症の翌日が1日目となりますので、ご注意ください。

※出席停止が解除された後、発症から10日を経過するまではマスクの着用を推奨します。

また、これまで出席停止の扱いであった、発熱や風邪症状、同居家族が感染した場合も出席停止の対象にはなりません。