

家庭敬

ほけんだより



2021年9月2日
町田市立つくし野小学校
校長 佐々木 研一
養護教諭 土門 真裕

2学期が^{はじ}始まりました。^{なつやす}夏休みの生活リズムからなかなか^か抜け出せず、^{からだ}体が^{がっこう}学校モードに^き切り替わるまでは^{きつ}きついなあ...と^{かん}感じるかもしれません。^{すに}りんすず、^{はや}早ね・^{はやお}早起き・^{あさ}朝ごはんのリズムを^と取り戻して^{もど}いきましょう。また、^ひ引き続き^{フグ}きこまめな^{ちがふ}手洗い・^{てい}マスク着用^{フグ}の徹底は^{つづ}続けてい^まきます。^{じぶん}自分に^{よぼうたいさく}できる^{おこな}予防対策は、^{おこな}しっかり^い行って^いきましょう。

こんなときはお知らせ
ください!

- 緊急連絡各先が変わった
- 新たにアレルギー症状が出た
- そのほか、お子さんの体調が気になること



おうちのかたへ



新型コロナウイルスワクチン接種に伴う出席停止等の取扱いについて

町田市内の12歳から15歳の方を対象とした新型コロナウイルスワクチン接種について、予約受付が開始されました。このことから、新型コロナウイルスワクチン接種に伴う出席停止等の取扱いについては、下記の通りとなります。

- 1 新型コロナワクチン接種に伴う出席停止の取扱い
 - (1) 医療機関等においてワクチン接種を受ける場合の欠席
ワクチン接種当日に限り、出席停止。 ※接種による早退及び遅刻の場合は出席扱い
 - (2) ワクチン接種後、副反応が出た場合の欠席
副反応（発熱等の風邪症状）が見られるときには、出席停止。期間は症状が治まるまで。

2 町田市内における新型コロナウイルスワクチン接種スケジュールについて（町田市HP参照）

- 7月15日（木）：接種券発送済
 - 8月27日（金）午後1時～：予約受付開始
⇒10月11日（月）～10月31日（日）までの予約枠
- ※11歳の方については、満12歳になる前月の1日から予約受付



再度ご確認ください

- お子さんや同居の家族の感染が疑われる場合や濃厚接触者に特定された場合、感染が判明した場合については、お子さんを登校させずに休養をとるようお願いします。また、そのような場合には学校へ速やかにご連絡をお願いします。
- 朝、体調がすぐれないときは、無理せず自宅で静養させてください。
- 体調不良を訴え保健室に来室した場合、発熱の有無に関わらず保護者の方に連絡し、早退させます。お迎えのご協力をお願いいたします。



気温はそんなに上がらなくても、^{すに} ^{からだうご} 11月を動かした
 だけでたくさん汗をかいたり、暑くなったりする日ばしば
 らく来そうです。マスクをつけて過ごす時間も長い
 ので、水分補給はこまめに！(のどがかわいたこと^{かん}を感じる
^{まえ}前に) 汗ふきタオルもまだまだ必要です。



Rest • ^{あんせい} 安静にして ^{うご} 動かさない

袋に入れた氷などを使って



Icing • ^{いた} 痛いところを ^ひ 冷やす
 (直接氷をあてないで！)



Compression • ^お 押さえて ^{あつぱく} 圧迫
 (無理にしめない！)



Elevation • ^{しんぞう} 心臓より ^{たか} 高くあげる
 (クッションや丸めたタオルなど)

応急手当の基本は
 ライス
「RICE」

だま(ま)やね(な)げ(げ)、肉(にく)ばな(な)れ(れ)な(な)ど(ど)
 け(け)が(が)し(し)た(た)と(と)き(き)、^{いた} 痛(いた)み(み)や(や)も(も)も(も)れ(れ)を(を)
^{かる} 軽(かる)く(く)す(す)る(る)た(た)め(め)の(の)か(か)ん(かん)ご(ご)う(う)で(で)す(す)。

い(い)げ(げ)と(と)い(い)う(う)と(と)き(き)、^{おぼ} 覚(おぼ)え(え)て(て)お(お)く(く)と(と)役(やく)に(に)
 立(た)ち(ち)ま(ま)す(す)。

「ほけんじどき
 「RICE」が
 基本です



9月9日は
 救急の日!

目を愛するコーナー NO.2

ぜん(ぜん)か(か)い(い) お(お)も(も) き(き)ん(ん)し(し) は(は)な(な)し(し) か(か)
 前(まへ)回(かい)は(は)、主(しゅ)に(に)近(きん)視(し)の(の)言(ご)言(ご)を(を)書(か)き(き)ま(ま)し(し)た(た)。今(いま)回(かい)は(は)視(し)力(りき)
 て(て)い(い)か(か)が(が)わ(わ)か(か)ら(ら)ず(ず)と(と)き(き)の(の)女(にょ)科(か)心(しん)に(に)つ(つ)い(い)て(て)す(す)。



店(みんちやう)長(ぢやう)~! 視(し)力(りき)が(が)落(お)ち(ち)て(て)き(き)た(た)か(か)ら(ら)X(エ)が(が)ネ(ネ)を(を)作(つく)り(り)た(た)い(い)ん(ん)だ(だ)
 け(け)ど(ど)、め(め)ん(ん)ど(ど)く(く)さ(さ)い(い)か(か)ら(ら)直(ちやく)接(せつ)X(エ)が(が)ネ(ネ)さ(さ)ん(ん)に(に)行(い)っ(っ)て(て)も(も)し(し)い(い)?

X(エ)が(が)ネ(ネ)さ(さ)ん(ん)に(に)も(も)、視(し)力(りき)を(を)は(は)か(か)る(る)不(ふ)疑(ぎ)不(ふ)疑(ぎ)あ(あ)つ(つ)た(た)し(し)!!

予告

10月に秋の
 視力検査が
 あります。

なんです!?



め(め)の(の)あ(あ)い(い)こ(こ) 店(みんちやう)長(ぢやう)

必ず眼科で
 診察を受け
 ましょう!!



視(し)力(りき)検(けん)査(さ)の(の)結(けつ)果(か)を(を)受(う)け(け)て(て)い(い)き(き)な(な)り(り)X(エ)が(が)ネ(ネ)さ(さ)ん(ん)に(に)行(い)っ(っ)て(て)
 必(ひつ)要(よう)以(い)上(じやう)に(に)強(きやう)い(い)度(ど)数(すう)の(の)X(エ)が(が)ネ(ネ)を(を)作(つく)っ(っ)て(て)し(し)ま(ま)り(り)と(と)、逆(さか)に(に)近(きん)視(し)が(が)進(しん)行(こう)
 す(す)る(る)こ(こ)と(と)が(が)あ(あ)り(り)ま(ま)す(す)!! 眼(がん)科(か)で(で)処(しょ)方(ぽう)を(を)も(も)ら(ら)っ(っ)て(て)か(か)ら(ら)X(エ)が(が)ネ(ネ)を(を)作(つく)
 ま(ま)し(し)ょう(しょう)!! 近(きん)視(し)で(で)は(は)な(な)く(く)(ま)の(の)病(びやう)気(き)や(や)ス(ス)ト(ト)レス(レス)で(で)視(し)力(りき)が(が)低(てい)下(げ)す(す)る(る)こ(こ)も
 あ(あ)る(る)の(の)で(で)す(す)...