

ほけんだより



日進市立東小学校
令和4年 9月

夏休みが終わり、2学期が始まりました。楽しい夏休みでしたか？けがをしたり、大きな病気をしたりした人はいないでしょうか。12月まで続く2学期は、5年生の野外活動に6年生の修学旅行などの宿泊行事や、11月の運動会など、皆さんが楽しみにしている行事がたくさんあります。けがや病気に気を付けて、元気に過ごしましょう！

はや せいかつ 早めにもどそう、生活リズム！

夏休み明けの生活リズムチェックをしてみましょう！今朝のことを思い出して、できたかどうか〇を付けてみてください。

①夜ふかしをせず、9時半までに布団に入ることができた

②朝、すっきりと起きることができた

③朝ごはんを食べた

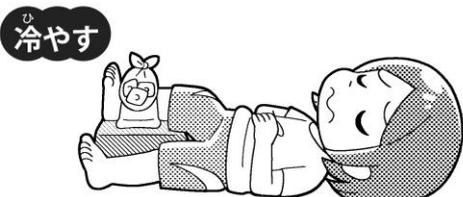
④家を出る前にうんちをした

⑤顔を洗った

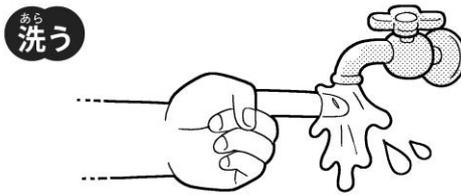
いくつがついたかな？
5つ全て〇だった人は、すばらしい！
今後も続けてくださいね。
まだ生活リズムを戻せていない人は、
早めに学校モードに戻しましょう。



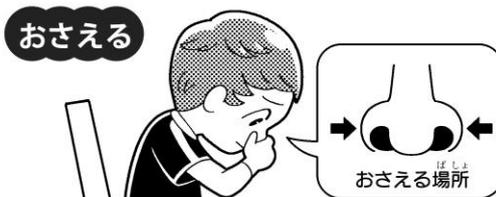
～自分でできる3つの応急手当～



打ぼくやねんざは、傷ついた部位を高く上げて安静にし、氷水で冷やしましょう。



すり傷や切り傷は、水道水で傷口のよごれを落としましょう。



鼻血が出たら、いすにすわって軽く下を向き、鼻をつまんでおさえましょう。

ひがししょう
東小のみなさんは、保健室に来る前にきれいに傷口を洗って来てくれるのすばらしいですね！



保護者の皆様へ

検温カードが変更になります！

以前よりお知らせをしていますが、10月より現在の検温カードは「CoDMON」に変更になります。



確認の都合上、体温等の入力は
朝7時30分までにお願いします。



《入力していただきたい項目》

- ① 検温
…その日の体温を選択してください。
時間は未入力でも構いません。
- ② お子様の様子
…体調を○・△・×で入力してください。
- ③ 同居家族の様子
…体調を○・△・×で入力してください。

最後に「東小に送信する」を押すのを忘れないようにご注意ください。

《注意事項》

- ・兄弟、姉妹が在籍している場合は、それぞれで入力が必要です。
- ・体調が△・×の場合は、理由を併せて入力していただけると助かります。
- ・なるべく朝7時30分までに送信していただくと助かりますが、その後も送信は可能です。お子さんが学校に到着するまでに学校に送信してください。
- ・6年生に限り、修学旅行中の体調管理も併せて行うため、10月まで紙の検温カードを使用します。
5、6年生は宿泊行事当日の朝、検温カードの提出が必要ですので、無くさないようご注意ください。