

‘元気るんるん’は湯田小学校のほけんだよりです。

2020年(令和2年)6月1日
福山市立湯田小学校

元気るんるん



わたしが住んでいる地球は、宇宙の中でもひととき美しく輝く青い水の惑星・生命の源である水に恵まれた奇跡の星です。

私たち人間の体も血液の90%、脳の80%、網膜の92%が水で占められ、水で満たされています。だから、私たちは、生きていくためにたえず水を摂取し、排泄して、循環させなければなりません。例えば、私たちひとりひとりが、水の惑星そのものなのかもしれません。これから、雨の季節を迎えます。グランドの水たまり、葉っぱの先の水玉など、雨降りるのときしか見れない美しい光景を楽しんでみてください。宇宙に飛びださなくてもこの美しい水の惑星を想像できるはずですよ。

その地球上で、今、新型コロナウイルスの感染が広がり、私たちの生活を脅かしています。しかし、先人が乗り越えて来たように、私たちもこの困難をチャンスに変えて乗り越えていけるはずですよ。私たちひとりひとりが、美しい奇跡の星なのですから。



6月の保健目標

<歯を大切にしよう!>

◆ 保健行事

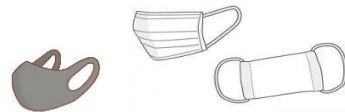
- 尿検査(1次) 容器等配布 6月22日(月)
- 尿検査(2次) 回収日 6月23日(火)
- 体重測定 6月10日(水)~22日(月)

2次検査は、1次検査で異常のあった人を対象に行います。

◆ マスクを配布します

新型コロナウイルス感染防止のために、児童に役立ててほしいと、政府(白の布マスク)渋谷育英会(不織布マスク)・有木株式会社(布マスク2枚)からたくさんのマスクをいただきましたので配布します。

布製マスクは、ご使用前に必ず洗濯をしてください。※裏面の使用法をお読みください。



新しい

学校生活様式



新型コロナウイルス感染防止のために「新しい学校生活様式」を身に着けるよう心がけましょう。

*「健康観察カード」で体調チェックしよう!



* 人との距離を考えよう!



くっつかないモン
#KeepDistance

- ・トイレでならぶとき
- ・整列するとき
- ・集合するとき
- ・遊ぶとき
- ・勉強するとき
- ・歌うとき

* 正しくマスク着用

~鼻と口をマスクで覆う~



- ・登下校中
- ・学校生活全般

※外遊び・屋外での体育の授業はマスクをはずしてもいいですよ。
※熱中症にならないよう、いつもより水分補給をこまめにしましょう。

「密閉」「密集」「密接」さげよう!

* 手洗いはせっけんでいねいに



手を洗うモン
#WashHands

- ・外から教室に入る前
- ・咳やくしゃみ、鼻をかんだ後
- ・トイレの後
- ・給食の前・後
- ・掃除の後
- ・みんなが使う物にさわった後

* こまめに換気しよう!

~2方向の窓を同時に開けましょう。~



換気をするモン
#OpenWindow

- ・30分に1回
- ・休憩時間
- ・掃除時間

* 給食は会話をさけて食べよう!





保健喜物語



【 食中毒予防 三原則 】



てあら
手洗い



ていおんほぞん
低温保存



かねつ
加熱

よく噛んで

セロトニン神経

*セロトニン神経が弱まるとどんなことが起きるの？