

‘元気るんるん’は湯田小学校のほけんだよりです。

元気るんるん



やっと「梅雨入り」しましたが、この「梅雨」は、中国から「梅雨」として伝わりました。中国では最初「霪雨」でしたが、カビでは語感が悪いため、同じ「ばい」で季節に合った「梅」の字を使ったとの説があります。そして、この6月の長雨のことを「梅雨」と呼ぶようになったのは、江戸時代になってからだそうです。



由来としては、①雨がシトシト降って、湿っぽい露の季節だから②食べ物などにカビが生えたり、腐ったり、ダメになる = 潰える(潰ゆ)季節だから③梅の実が熟す(つはる)季節だから、との説があるそうです。誰が名付けたのかわかりませんが、美しい言葉を生み出す感性の豊かさには驚かされます。「梅雨」はいやだ! 嫌い! じゃなく、この季節だからこそ楽しめるものを見つけたいですね。



6月の健康目標

< 歯を大切にしよう! >

保健室牛物言



…ある日の保健室。
Aちゃんが、保健室のドアの前で立っています。どうするのかな? と思って見ていると、Aちゃん立ったままです。ソドア ジドウドアジャナイヨ……
…また、ある日の保健室。
「もおっ!!! びっくりするじゃん!」
Bちゃんが、そお〜っと入って来て、まるで忍者か背後霊か…怖すぎます。
…また、また、ある日の保健室。
ドアを…コン…コン…と、耳をすまさないで聞こえないくらいの音でノックし続けるCちゃん。そろそろオープン・ザ・ドアアアしてくれませんかあ?
…また、また、また、ある日の保健室。
だまったまま、どんどん保健室の中に入ってくる

Dちゃん。しばし待て! そして、名を名乗ってちょんまげ。
実は、保健室では、保健室に入るときには、「しつれいします。」
とあいさつし、
「〇年〇組〇〇〇〇です。」
と名乗り、用件を言うことにしています。
それは、自分の体は自分で守るための第1段階として、自分の体のことは、自分で伝えることが大事だと思うからです。だから、あえて、気付かないふりや、察しの悪い人間になってまあ〜す。みなさん、まずは名を名乗り自分の言葉で、用件や自分の思いや気持ちを大いに話して、聞かせてくれたまえ!

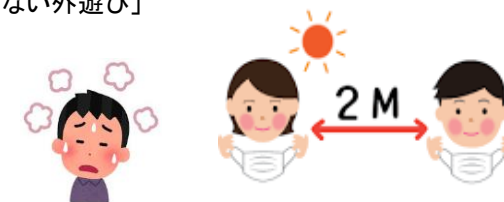
屋外・屋内でのマスク着用について

1 マスク着用の考え方 *マスク着用は従来同様、基本的な感染防止対策として重要です。

	身体的距離(2mを目安)が確保できる		身体的距離が確保できない	
	屋内(注)	屋外	屋内(注)	屋外
会話を行う	着用をお勧めする	着用の必要はない	着用をお勧めする	着用をお勧めする
会話をほとんど行わない	着用の必要はない	着用の必要はない	着用をお勧めする	着用の必要はない

(注) 外気の流入が妨げられる、建物の中、地下街、公共交通機関の中など

- ※屋内で、会話を行うときでも、十分な換気など感染防止対策がされている場合はマスクを外しても良い。
- ※お年寄りや病院内に行くときなどハイリスク者と接する場合にはマスクを着用する。
- ❖事例①「ランニングなど離れて行う運動」「鬼ごっこなど密にならない外遊び」
- ❖事例②「徒歩での通勤など、屋外で人とすれ違うような場合」
- ❖事例③「通勤電車の中」



2 熱中症予防×新型コロナウイルス感染症防止

‘飛沫’を意識し、ときと場合を考えて、マスクを着けたり、外したりして「メリハリのあるマスク習慣」を身に付けましょう。

屋外ではマスク着用により、熱中症のリスクが高まります

特に運動時にはマスクを外しましょう!

近距離で(2m以内を目安)会話をするときはマスクをつけましょう。

こまめな水分補給も忘れずに!

6月はむし歯予防月間です

私たちの周りには、砂糖のたっぷり入った飲み物や食べ物であふれています。水分補給もスポーツドリンクばかり飲んでると砂糖の取りすぎになります。歯や体にとって、良い飲み方、食べ方を考えましょう。

