



ほけんだより



令和2年(2020年)9月3日 豊中市立東豊台小学校

日中の暑さがきびしいなか、運動会の練習が始まりました！学校では、気温とは別の「暑さ指数」を測定しています。暑さ指数は熱中症予防のめやすとしてつかわれるものです。このところ、お屋前から暑さ指数が「危険」をこえ、運動場での体育が中止になることがありますね。気温が体温をこえると、体の中に熱がこもりやすくなり、熱中症の危険も増します。のどがかわいていなくても、こまめに水分をとるようにしましょう。放送もよく聞いてくださいね。しんどくなったらがまんせずに、すぐに先生に言いましょう。



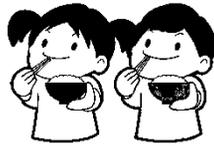
夏のつかれをとるために

①すいみん



夏休み以来、夜ふかしのくせがついていませんか？早めにふとんに入って、ぐっすりねむりましょう。

②食事



食事は元気の源。1日3食、きちんととりましょう。栄養バランスも考えて、いろいろな食品を食べるようにしたいですね。

③お風呂



ぬるめのお風呂にゆっくりつかりましょう。心も体もリラックス♪



健康診断が始まります



保護者の皆さま、こどもの健康調査票の再チェックをありがとうございました。9月、10月に健康診断を行います。新型コロナウイルスに留意するとともに、プライバシーに配慮した検診を実施しようと、学校としましても考えています。具体的には、次のような対策を行います。



- 検診前後の手洗い、マスクの着用を徹底する。
- 会場内での会話や発声を控える。
- 会場は多目的室を使用し、1m間隔をとり、並ばせる。
- 2方向のそれぞれ1つ以上の窓やドアを開け、常時の換気を行う。
- (難しい場合は1時間に1回5分程度)
- 別室で休養中の体調不良の児童や欠席者は、後日医療機関での個別健診を受ける。(学校医への受診は無料)
- 学校医はフェイスシールドやガウンを着用する。一人診察する度にアルコールによる手指消毒、聴診器の消毒をする。

けんしんについて 検診日程

9/4(金) 尿検査(一次)	9/24(木) 耳鼻科検診 1・4年と抽出
8(火) 内科検診 3・4年	25(金) 尿検査(二次)
10(木) 眼科検診 4年と5・6年抽出	10/8(木) 歯科検診 2・4・6年
11(金) 内科検診 5・6年	9(金) 尿検査予備日
15(火) 内科検診 1・2年	13(火) 歯科検診 1・3・5年
16(水) 心臓検診 1年	16(金) 尿検査予備日
17(木) 眼科検診 1年と2・3年抽出	23(金) 尿検査予備日



9/9は“救急の日”です。東豊台で一番多いけがは、打ぼくです。