



# みなみおか

第5号  
2020. 5. 15  
発行



## 今週は、分散登校でした！

～久しぶりに会ったみんなはとっても元気で安心しました～

早くみんなに会いたいなあ・・・と南丘小学校の先生たちはずっと思っていましたので、先週みんなに会えてとてもうれしかったです。でも、新型コロナウイルスの感染拡大は続いているので、様々なことに配慮しながらの登校でした。

先生たちはこの日が来ることをとても楽しみにしていました。中には、大事を取って休んだお友達もいましたが、休んだお友達とも連絡がとれ、みんな元気にしていることがわかりました。家族で出かけたり、友達の家に遊びに行ったりなどできなくて、随分我慢したことでしょう。よく頑張りましたね。

今週は1日、来週は2日、登校日を設けました。学級を2グループに分けたので、全員揃ってはいませんでした。少しずつ普通の学校での活動ができるように準備を進めていきたいと思っています。これまでどおり、自由にはできないこともたくさんありますが、みんなで協力し合って、有意義に過ごせるようにしたいと思っています。よろしくお願いします。

みなさんが安心して登校し、勉強したり、友達と遊んだりして一日学校で楽しく過ごすには、「新型コロナウイルス」による感染が終息することだと思います。しかし、今の日本（世界）ではおそらくそれは難しいだろうと言われています。だから、**感染しないように一人ひとりが努力**して、ウイルスとともに生きていかなければならないだろうと言われています。そのために、小学生の君たちにできることがたくさんあります。**新しい生活スタイル**を確立しましょうとも言われていますので、是非習慣づけをお願いします。

### ①<sup>てあらい</sup>手洗いをこまめにしましょう！

教室に入る前には必ず手を洗って入るのを習慣にしてください。分散登校では、外で健康チェックして、手洗いしてから教室に入る練習をしました。来週からは外で待っていると暑いので、登校したら手洗いと健康チェックをして教室に入るようにしていきたいと思っています。（1・2年生は今週と同じようにします。）とにかく、こまめに手洗いすることを頑張ってください。



### ②<sup>まいにち</sup>毎日、<sup>じぶん</sup>自分の<sup>けんこうじょうたい</sup>健康状態をチェックする！

毎朝、起きたら自分の健康状態をチェックしましょう。しんどくはないか、熱はないか、体温計で測り、大丈夫だと確認できたら登校しましょう！しばらくは教室に入る前に、健康観察表（ピンクの用紙）をチェックします。



体温の測り忘れがあれば、教室に入る前に測ります！

### ③マスクをしましょう！

マスクはウイルスの飛散を防止し、手で直接口や鼻を触らないようにすることができます。だから、**必ずマスクの着用**をお願いします。ただ、これから少しずつ暑くなり息苦しくなるかもしれません。状況を見て、マスクを着用したり外したりできるように考えていきますが、今は必ずマスクを着用してください。

※国から配付するマスクが4月下旬に学校に届きましたが、数が150ぐらい足りません。また、1つずつチェックしたところ、髪の毛が付着したり、ほつれていたり、不良品も見つかりました。数が揃ったら配付しますので、もう少しお待ちください。尚、マスクがない児童については渡しました。必要な場合は担任に連絡ください。一人2個のマスクが配付されますが、もう1個は5月の下旬に届くようです。（ご家庭用は届いていますか？大阪府は今週から配付し始めたようです）

### ④<sup>ともだち</sup>友達<sup>あいだ</sup>の<sup>きょり</sup>間の<sup>と</sup>距離を取りましょう！

友達同士いろいろなお話をしたり、いっしょに遊んだりしたり、仲良く登下校したりしたいと思いますが、そんな時は少し友達との間をあけましょう。トイレなど、並ぶ時も少し離れて待ちましょう。ちょっと、不自由だなと感じますが、「近い」と思ったら少し離れる習慣を付けましょう！



低学年のトイレの前には間隔が取れるように印がついています！

### ⑤<sup>めんえきりよく</sup>免疫力(抵抗力)<sup>ていこうりよく</sup>を高めよう！

感染しないためには、まず「免疫力〔抵抗力〕を高める」ことが大事だと言われています。「免疫力〔抵抗力〕とは、人間が生まれながら持っている自分で自分を守る力のことです。具体的には、体に侵入した細菌やウイルスなどの異物を排除して病気にかからないようにする力のことです。

この力は、「生活リズムが不規則になる。（夜遅く寝て昼頃起きるなど）」「ゲームなどを長時間する」「寝ている時間が短い」「動くのがいや、運動不足」「いろいろなことをめんどろでしない」「あまり笑わない」と、低くなってしまいます。南丘小の子ども達を見ていると、朝元気よく大きな声で「おはようございます」と言える人が少ないなあと感じることがよくあります。まずは、朝起きたら元気よく「おはよう！」とあいさつすることから始めてみませんか？**太陽の光をあびて、おはようと大きな声を出す**、これだけでも免疫力がアップします。頑張ってください。

みんなで大切な新しい生活習慣を身に付けましょう！全員できると感染予防につながります。