



令和2年8月28日  
 小林小学校  
 児童数配付

みなさん長い夏休みはどのように過ごしましたか？  
 9月は、行事がたくさんあります。夏の疲れや一日の  
 気温差、行事で体がとても疲れやすくなっています。ま  
 た、運動不足から、けがをしやすいことも予想されます。  
 体調を整えるためにも、いつもより早く寝ることを心  
 がけ、規則正しい生活リズムで暑さに負けずに楽しめる  
 といいですね。

### 引き続き

## 朝の健康観察をお願いします。

発熱等のかぜの症状がある場合には、自宅での休養をお願いします。

- ・体温 **37.0℃以上**
- ・咳
- ・のどの痛み
- ・だるさ
- ・息苦しい等の症状

- \* かぜ症状での欠席は、出席停止となります。「出席停止報告書」を保護者が記入し、学校へ提出をしてください。
- \* 新型コロナウイルス感染症の特徴として、罹患しても軽症で経過する例が多いことが報告されており、微熱も「風邪の症状」の1つに捉えられることから、家庭での休養の目安を「**37.0℃以上**」に変更されました。

なお、平熱が高い等、個別の対応が必要な場合は、かかりつけ医や学校医に相談をし、学校へ連絡をお願いします。

学校医へ相談する場合は、「小林小学校、○年生」であることを伝えて相談をしてください。

学校医：水戸部彰彦先生

水戸部クリニック【025-372-0755】

## 毎日必要な持ち物

- ・清潔なハンカチ
- ・ティッシュ
- ・マスク
- ・マスクを保管する  
清潔な布の袋



\* マスクを外したときに保管するための袋の用意をお願いします。

## 保健行事のお知らせ

- 9月3日（木）発育測定【4～6年生】
- 4日（金）発育測定【1～3年生】
- 9日（水）ファミリー遠足前健康相談【希望者】
- 10月13日（火）歯科健康診断【4～6年生】
- 14日（水）歯科健康診断【1～3年生】

### まだまだ熱中症に



⚠ 注意 ⚠

- ・こまめな水分補給
- ・十分な睡眠
- ・涼しい服装
- ・帽子をかぶる
- ・タオルで汗をふく

