



新潟市立葛塚小学校  
ほけんだより No. 3  
令和3年6月30日

## 健康観察カード様式の変更について

いつも新型コロナウイルス感染症対策にご協力いただき、ありがとうございます。

毎日、健康観察カードにご記入いただいておりますが、様式を一部変更いたしましたのでご確認ください。また、記入の仕方についても再度確認をお願いします。

		体温	かぜの症状				備考
		平熱： 度分	症状がある場合は ○を付けてください				気になる様子があれば 記入してください 例：元気がない、眠れない、 食欲がないなど
日	曜日	せき	のどの 痛み	だるさ	息苦 しい		
	土 日						

**新**  
健康状態を継続して把握するため、休日も記録欄を設けました。

**新**  
健康観察カードが定着してきましたので、印の欄を省略しました。

◎健康観察カードは、保護者の方が記入してください。記入された内容について、保護者の方が把握していないということがないようにお願いします。

◎37.0℃以上の明らかな発熱がある場合、登校を控えてください。

◎熱がなくても、かぜの症状に○がついたときは、登校を控えてください。

◎症状があっても、理由がはっきりしている場合は、登校可能と判断された理由を備考欄に記入してください。(平熱が高い、アレルギー、その他体質 等)

## 健康診断が終了しました

4月に始まった健康診断日程が全て終了しました。これまで健診の準備、問診票の記入、検体提出など、ご協力いただきありがとうございました。

受診が必要なお子さんには、お知らせを配付してあります。ご不明な点やご心配なことがありましたら、連絡帳等を通じて保健室までお問い合わせください。

## 「健康の記録」を配付しました

本日、ほけんだよりと合わせて「健康の記録」を配付しました。この記録は年3回、6月は発育測定・視力・歯科の結果、9月、1月は、発育測定の結果を追加記載してお渡しします。

\*「健康の記録」の用紙は、学校に返却する必要はありません。ご家庭でお子さんの成長の記録や、健康管理にお役立てください。

\*オレンジ色の「保健ファイル」は繰り返し使います。「健康の記録」がお手元に届きましたら、**「保健ファイル」のみ返却をお願いします。**



## ■フッ化物洗口がスタートしました

新型コロナウイルス感染症の影響から休止していたフッ化物洗口ですが、先日おたよりでお知らせしました通り、6月25日から再開しました。感染防止策を徹底し、安全に実施していきます。

フッ化物洗口の希望の有無、アルコールによる手指消毒の可否の変更はいつでも可能です。連絡帳等を通じて保健室までお知らせください。



## ■マスクとのつきあい方



だんだんと暑くなってきました。マスクをつけていると息苦しく感じることがあります。

特に運動中は、十分な呼吸ができなくなるリスクや熱中症のリスクが高まることからマスクの着用は必要ないとされています。

日常生活では正しくマスクを着用する、運動時はできるだけマスクを外す等、場面に応じたマスクとのつきあい方を心がけましょう。

運動していなくても息苦しくなる！周囲の人と距離をとり、マスクを外して休けいも必要。

マスクをつけていると、のどの乾きに気づきにくい！こまめな水分補給を心がけよう。

