

# ほけんだより 6月

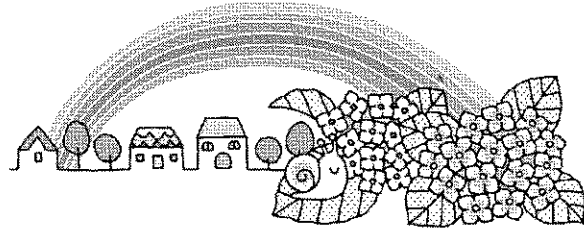
明石市立花園小学校 ほけんしつ 2020. 6. 2.

学校が再開し、みんなの声を聞くことができ、

みんなの笑顔を見ることができて、うれしく思

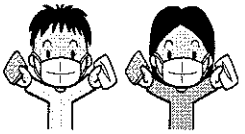
います。コロナウイルスに気を付けながらの新し

い生活様式の始まりです。健康で、楽しい学校生活を送りましょう。



## かんせんよぼう コロナウイルス感染予防のために・・・

●せいけつなハンカチと  
ティッシュを毎日  
ポケットに入れて  
おこう。

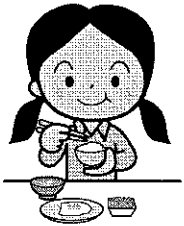


★自分でできていることの  をかこんでみよう

●せっけんで泡をたてて  
こまめに（外から帰った後、  
食事の前、トイレの後など）  
手をあらおう。



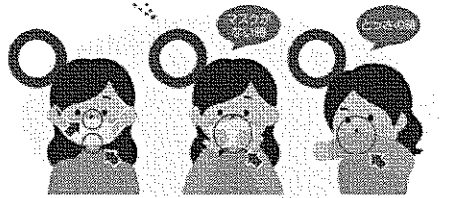
●好ききらいをせず、  
バランスのよい食事を  
しよう。あさごはんは、  
必ず食べてから登校  
しよう。



●はやね・はやおきをして  
生活リズムをととのえよう

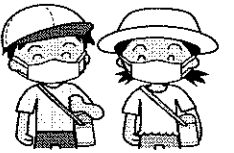


●マスクをつけ、せきエチケットをまもろう。  
・せきやくしゃみをするときはそで、口と鼻を  
おおいましょう  
・使ったティッシュはすぐにビニール袋に入れて、  
口を結んでおこう。



マスクを着用する (口・鼻を覆う) ティッシュ・ハンカチで 口・鼻を覆う 袖で口・鼻を覆う

## ねっちゅうしょう 熱中症にきをつけよう!



のどがかわいてからのむのでは、おそいです!!

とくにマスクをしていると、のどのかわきを感じにくい状態

です。休憩ごとに、すこしずつお茶をのむようにしましょう。

外では、ぼうしをかぶりましょう!



〈お知らせ〉

ほけんしつでも、換気、健診前後の手洗いの徹底、  
検査器具等の消毒、密接しないよう少人数ずつ行  
うなどの工夫をしながら、進めていきます。

6月に身体測定、7月に視力検査・聴力検査(6年  
生はなし)の予定です。

様々な状況の変化により、急な変更になる可能性  
がありますので、ご了承ください。

## 身体測定 じょうずにできる?

