



# けんき

最長子

岐阜市立早田小学校  
R3. 10. 15発行  
保健だより NO. 8  
保健室 宮部

★ お家の人といっしょに読んでくださいね ★

## 後期は、早田モデル「ステップ2+」でスタートしました

いよいよ後期がスタートしました。10月に入り、日中は、夏のように暑く、朝夕は肌寒いほどになってきました。このように寒暖差がある時には、体調を崩しやすく免疫力も低下します。免疫力を上げるためには栄養はもちろん睡眠時間の確保も大切です。

さて後期は、新型コロナウイルス感染症対応のための『早田モデル ステップ2+』の生活様式で学校生活がスタートしました。どんな内容かご家族みなさんで確認してみてください。



### 後期も引き続きお子さんやご家族の「朝の健康チェック」をお願いします

37℃以上の熱、のどが痛いせき、咳やにおいがいつもとちがう、だるい、息が苦しい、下痢などの消化器症状

1つでも症状が自分だけでなく家族のだれかに出た時は

学校

**ストップ**

登校する前に

あさ朝、必ず学校に連絡する

プラス

自分や家族の人が

- 濃厚接触者
- コロナ陽性
- PCR検査

症状がある場合は…

まずは、学校へ連絡してください。お子さんの今後の方向を一緒に考えていきます。

質問内容として、

- ①該当する方の状況
- ②症状がある場合の医療機関の受診の有無および、主治医または保健所からの指示内容
- ③お子さんの授業への参加の仕方 等

上記の①～③の内容は、該当するどのご家庭にもお聞きします。あらかじめ回答をご準備いただくとありがたいです。

※ご家族がワクチン接種後に副反応（発熱等）が出た場合は、お子さんの登校は可能です。



### 寒くなくても、引き続き水筒の持参をお願いします

すいとう

かんせんしょうを予防するために、まいにちもってくるよ

けんこう 健康チェックカード

くるしくなったら…

苦しい場合は、適宜マスクをはずすように指導しています。ご安心ください。

★ 裏面もよく読んでください ★

2mはなれてマスクをはずす

後期から  
チャレンジすること

リコーダー・けんぱんハーモニカ  
合唱・音読・発音練習 **再スタート!**

1列おきに  
クラスの半分

つばが飛ばないから  
安心!

グループ学習 **プラス**  
+ **バーテーション**

**NEW!!** 18日(月)より、  
昼休みの図書の本の  
貸し出しがスタート  
します

ドッジボール・おにごっこ  
15分まで

**NEW!!** 飲み終わった後、自分  
のパックは自分で開  
くことで、処分する時  
のたたく負担を軽減  
する方法にしました

としょかん  
図書館

1・3・5年生  
げつようび すいようび  
月曜日と水曜日

そよかぜ・2・4・6年生  
かようび もくようび  
火曜日と木曜日

8の字とび  
・せんせいといっしょに  
・3分まで

ぎゅうにゅう かたづ かた  
牛乳の片付け方・・・

ぎゅうにゅう ひら かたづ  
牛乳パックは開いて片付ける

# あうちの方へ

## 目の愛護月間90周年

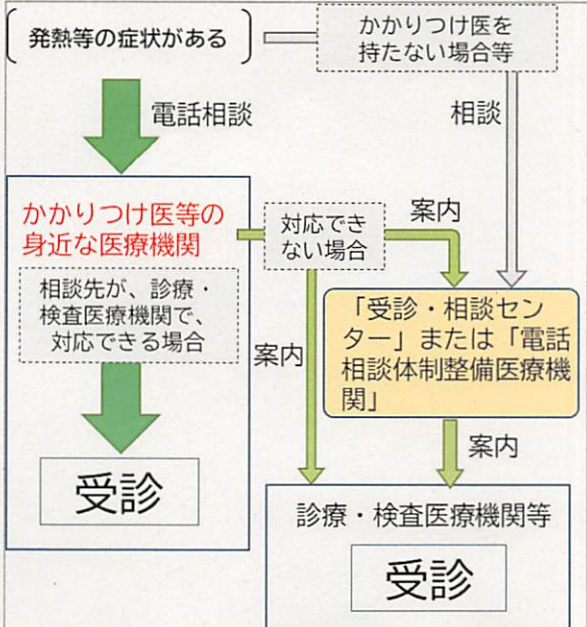
10月は、『目の愛護月間です』。1931年から始まったといわれています。タブレット学習の導入後、視力低下のお子さんが増加しています。放置すると将来的に支障が出ることもあります。そこで、視力低下についてわかりやすく解説してある視力低下ガイドブックを全家庭に配付します。こちらのガイドブックはロート製薬さんから寄贈していただきました。

こどもの  
「視力低下」  
ガイドブック  
知っておきたい、近視のこと

監修  
慶應義塾大学医学部 眼科学教室 森 紀和子 先生

この機会にぜひ、お子さんの視力低下について考えていただきたいと思います。

### 発熱などの症状がある場合は、外出を控えて、まずは医療機関へ電話を!



10月11日に岐阜県の新型コロナウイルス感染症に関する情報が更新されました。  
症状がある場合は、外出せず、まずは、かかりつけ医等の身近な医療機関に、電話相談してください。  
なお、かかりつけ医を持たない場合や、相談先に迷う場合等は、保健所に設置されている「受診・相談センター」または「電話相談体制整備医療機関」に相談してください。

※かかりつけ医がない場合はこちら…

<岐阜市保健所「受診・相談センター」>  
058-252-0393 平日:9時00分~17時00分

<休日夜間窓口>  
058-272-8860 平日 17時00分~翌9時00分  
土日祝日 24時間