

すこやか

令和2年4月16・17日
NO. 2
大富小学校 保健室


自分もまわりの人をも大切に

新型コロナウイルス感染予防のための臨時休校が続いています。遊びに出かけることもできず、何となく気持ちが落ち着かないという人もいるのではないのでしょうか。こんなときこそ、自分なりにリラックスできる方法を探してみたいかたがででしょうか。また、言葉づかいも、いつもより少し、「優しく・やわらかく」を意識して、心おだやかに生活していきたいものです。

病気の感染についても、「自分を守る・大切にすることは、まわりの人をも守る・大切にすること」になります。一人一人が、今自分にできることを意識して行動しましょう。

生活チェック

自分の生活をふり返ってみましょう

規則正しい生活を心がけている 	適度に体を動かしている 	本を読んだり、勉強をしたりしている 	自分なりのリラックス法や楽しみがある 	ぐっすり眠れている 
--	--	--	--	--

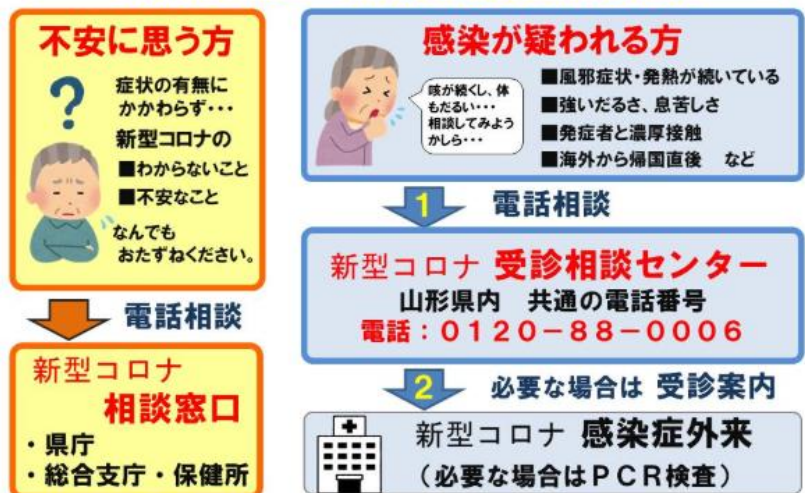
前回の保健便りで健康診断の予定をお知らせしましたが、臨時休校により延期になりました。新しい日程は休校があけて決まりしだいお知らせします。



保護者の皆様へ

- ☆ 保健調査票や問診票の記入並びに提出ありがとうございます。
- ☆ コロナウイルス感染症に対する様々な不安が、少なからず万人に感じられる状況です。いつ感染しても・させても不思議ではない今だからこそ、できることを確実にやり、自分と大切な人たちを守りましょう。
- ☆ 登校時にはマスクの着用をお願いします。(マスクの作り方が様々なところで紹介されています。ご活用下さい。)

山形県「新型コロナ」2種類の相談窓口



- ☆ ご家庭での健康観察と検温並びに健康チェックカードへの記入を引き続きお願い致します。