



6月のほけんだより



令和2年6月1日
和歌山大学教育学部附属特別支援学校
養護教諭

3か月続いた休業期間・・・やっと、学校が再開できる日がやってきました。久しぶりに大好きな友だちや先生に会えて、嬉しいですね！すぐに“今までどおり”とはいきませんが、少しずつ日常が戻ってきてくれるといいですね。今回のことをとおして、“普通”の生活を送れること、些細なことに感謝できる気がします。

健康診断 少しずつ・・・スタートします！

休業で延期になっていた健康診断を少しずつ実施していきます。密を避けながら、感染防止の対策をしながら実施していきます。例年は、6月中にはすべての検診が終わっていましたが、今年度は2学期以降になってしまいう検診もあります。ご理解ご協力をお願いいたします。

【6月の検診予定】



- 6月 1日（月）視力測定・聴力測定
- 3日（水）心電図検査
- 15日（月）検尿一次、耳鼻科検診
- 23日（火）内科検診
- 29日（月）眼科検診、検尿二次（対象者のみ）

もう一度確認！

感染症からからだとこころを守るために

登校前の健康観察、
ご協力ありがとうございます！！

① 「手洗い」「咳エチケット」「人混みを避ける」

しっかり手洗いができれば、手の消毒は必ずしも必要ではありません。咳をするときは、マスクの上からも手や腕で押さえてしてください。

② 規則正しい生活習慣

「睡眠」、「栄養」、「運動」で健康な体を作りましょう。体が元気だと心も元気に！

③ 今だからできることに取り組んでみる

Stay homeの今だからできることは何でしょう？読書、片付け、…友だちや先生はどんなことをしているか聞いてみてもいいかもしれません。ちなみに先生は、新しいレシピにチャレンジしました！

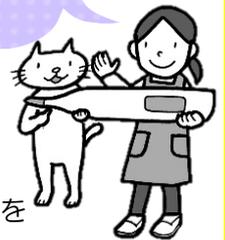
④ 安心できる相手とつながりを大切にする

⑤ （テレビやネットにより）ウイルスに関する情報にさらされるのを制限し、距離を置く時間を作る

⑥ 確かな情報を得る

⑦ 差別的な発言や発信に同調しない

「〇〇さんは医療機関で働いているから、コロナかも・・・」など、感染する恐怖や不安から、差別的な生まれやすいときです。みんな、それぞれの場所で感染を拡大させないように頑張っています。



よろしくお願いします！！

ご挨拶が遅くなりましたが、鶴岡先生（前年度までの保健室の先生）に代わり、この6月号より、境原（さかいはら）がほけんだよりをお届けします！生まれも育ちも群馬県で、今年の3月までは群馬県の高校で養護教諭として働いていました。コロナのおかげで和歌山探検もまだできず・・・、これから和歌山のことをたくさん知れることを楽しみにしています。和附特のお子さん、保護者の方々の健康のサポートのお役に立てるよう一生懸命努めたいと思います。よろしくお願いいたします（^）/月