

えが お



ミニカウンセリング体験が始まりました



児童が2～3人ずつのグループに分かれ、スクールカウンセラーの中嶋 亨（なかじま とおる）先生と会食しながら、ミニカウンセリング体験を行っています。新型コロナウイルス感染症を予防するため、中嶋先生と児童の間にパーテーションを設置し、部屋も換気した状態で実施しました。今年度は、10月から3月にかけて、6年生～4年生までを対象に行います。次年度は全学年を対象に実施予定ですので、ご理解のほど、よろしくお願いいたします。

案内文書では「家庭科室で実施」とお伝えしておりましたが、換気を考慮し、2方向の窓が開放できる多目的ホールで実施しました。

会食前には手洗いと、手指用アルコールで手指の消毒を行いました。パーテーションを設置したため、飛沫を気にすることなく会話できましたようです。



マラソンの秋です



業間マラソンが始まりました。準備体操は健康委員会の児童が全校児童の前に立って行い、しっかり体をほぐしてからマラソンがスタートしました。業間マラソンのある期間、特に子供たちの体調の変化にご留意ください。お子さんが業間マラソンをお休みする場合には、担任までご連絡ください。

準備体操！ いち・に・さん・し！



気持ちのよい秋晴れの空に、健康委員会の号令が響きました。

多くの児童が、歩くことなく、走り切っていました。中には業間マラソンが終わってからも、自主的に走る姿が見られました。



冬に流行する病気を知らう！

お子さんと一緒に
ご覧ください。

冬は空気が乾燥し、気温が低くなるので、様々な感染症が流行しやすい時季です。中でも、毎年かかる人数が多いのが、「インフルエンザ」と「感染性胃腸炎」です。

インフルエンザ

鼻水、のどの痛みなどの風邪症状や38℃以上の熱が出たり、寒気がしたりします。足腰の関節が痛くなる人もいます。咳やくしゃみをした時に空気中に飛沫（つば等）が広がり、周囲の人が吸い込むことで感染する「飛沫感染」をすることが多いです。マスクやハンカチ等で口を覆う咳エチケットをしっかりと守りましょう。



感染性胃腸炎

細菌やノロウイルス、ロタウイルスが原因で起こります。吐いたり、げりをしたり、おなかが痛くなったりします。感染力が強く、感染した人の便や吐いたものが原因となって広がるので、吐いた時はきれいに片付けなければなりません。吐いてしまった時やトイレに行く前に失敗してしまった時は、おうちの人や先生など、近くの人に言いましょう。



感染予防のためには、飛沫感染対策（手洗いやマスクを着けることなど）が効果的です。新型コロナウイルス感染症予防のためにも大切なことですので、しっかり行いましょう。

体温を正しく測れているかな？

おんど 高いのは
わきの中心です。
体温計の先が
あたるようにしま
しょう。

はか
はさむ。

わきと体温計の
ぴったりくっつくように
反対の手で腕を軽く
おさえます。

30~45°
体温は1日
測りましょう！

この測り方はまちがいの！

うえ
上からさしむと
わきの中心に
あたらないよ。

よこ
横からさしむと
体温計の先が
出してしまう。