

ほけんがより



あいちけんりついちのみやろうがっこう
愛知県立一宮養学校
れいわ ねん がつついたち
令和2年9月1日

2学期が始まりました。夏休みは、有効的に時間を使うことができましたか？
まだまだ暑い日が続きます。熱中症対策はもちろん、新型コロナウイルスなどの感染症予防のための手洗いも忘れずに取り組んでください。



～視力検査を実施しました～



7月20日～29日に、1学期の視力検査を実施しました。

視力が0.6以下の人には、夏休み前に受診のお知らせを配付しました。受診した人は、受診報告書を保健室に提出してください。

また、お知らせはもらっていないけれど、視力が下がった人や、黒板の文字が見にくいなど感じる人は、早めに眼科を受診してください。



9月の健康診断

9月の健康診断のお知らせです。検診のときは、学校医さんに「おねがいします」「ありがとうございました」のあいさつをしましょう！

	実施日時	検診・検査項目	対象者
9月	3日(木) 13:30～	修学旅行事前検診	小学部6年生、中学部3年生、高等部3年生
	8日(火) 10:00～	耳鼻科検診	全員



「コロナ疲れ」していませんか？

不安なこと、イライラすることがあっても大丈夫。一人で抱え込まずに、周りの大人に話してください。
新型コロナウイルスは、予防をしても感染してしまうことがあります。体調が悪くなった人、欠席している人に対して、いやな気持ちになることを言わないようにしてください。

深呼吸をしてみよう





ゆっくり吸って、ゆっくり吐いて……。深呼吸を繰り返すと気持ちが落ち着きます。





がつこのか きゅうきゅう ひ
9月9日は「救急の日」



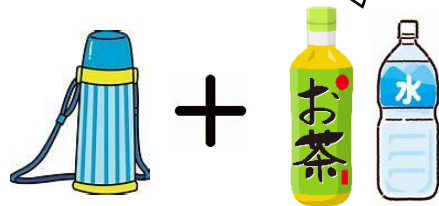
<p>Q1.「119」に電話をかける と、どこにつながる？</p> <p>①警察署 ②消防署 ③学校</p> 	<p>Q2.血を止める方法で正しい のは？</p> <p>①そのまましておく ②氷で冷やす ③傷口を強く抑える</p> 	<p>Q3. A E D はどんなときに使 うもの？</p> <p>①意識がない時 ②血が出たとき ③転んだとき</p> 
<p>答えは②。 119は、火事や救急の 電話番号で、消防署につな がります。</p> 	<p>答えは③。 傷口に清潔なハンカチなどを 当てて強く抑えます。このと き傷口を心臓より高く上げる と、血が止まりやすくなりま す。</p>	<p>答えは①。 A E D は、心臓の状態が分 かり、電気ショックができる 機械です。この機械は誰でも 使うことができます。</p>



すいとう わす
水筒を忘れずに！

みなさんは、毎日水筒を持っていますか？
暑い日や、体育・部活動がある日は、たくさん水分補給
をしたいと思います。
いつもより多めに、水分補給のできるものを準備する
ように心がけてください。

いつもの水筒+多めに準備しよう！



★～食中毒予防の3原則～★



料理をする前
や食事の前は、
手を洗おう



食べ物や飲み
物は、冷蔵庫
で保存しよう



食品は十分
に加熱しよう