



保護者用

令和3年10月1日
島田小学校保健室

暑さがようやくおさまり、過ごしやすい季節になりました。日中と朝夕の寒暖差が大きく、体調を崩しやすい季節でもあります。その日の気候に合わせて、衣服の調節をお願いします。運動会の練習が始まりました。水筒や汗拭きタオルを必ず持参させてください。

新型コロナウイルス感染症関連情報 お知らせとお願い

山口県の感染状況が「ステージⅡ」に移行すると発表がありました。教育委員会より9月27日から、学校の感染症に関する行動様式は「レベル2」に変更すると連絡がありましたが、
①発熱等の風邪の症状がある場合は登校をしないこと（本人及び同居の家族を含む）
②登校時の健康状態の把握「朝の健康チェック表」の登校前の体温測定と本人及び同居家族の健康状態の確認、保護者のサインの記入については、対応に変更がありませんので、引き続きご協力お願いいたします。

感染対策取り組んでいます！！



登校時の健康観察



手洗い校舎内でのマスクの着用・アルコール消毒



給食はだまって食べます



飛沫がとばないように
口を隠して、歯みがきをします

生活リズムチャレンジについて

先月は、生活リズムチャレンジ1週間の取り組みご協力ありがとうございました。「夏休み気分からペースが戻って生活ができました。」「少しずつリズムをつかんで頑張っています。」等、各ご家庭からたくさんの気づきをいただきました。保護者の方々の日々の見守りによってコロナ禍でも子どもたちが元気に過ごせています。詳しい内容は島田中学校区ほけんだよりで報告いたします。

じどうよう
児童用

うんどうかい
運動会にむけて くつの選び方・はき方を確認しましょう

うんどう
運動にてきたくつを**えら**ぶポイント



つま先…ゆとりがあり**ゆび**の先が動かせるもの
かかと…足をしっかりささえるはきごちのもの
そこ…動きにあわせて、**あし**でき度に曲げられるあつさ
☆ひもやベルトで足のこうにあわせて調節できる



いま
今、はいているくつの**じょうたい**や**かた**はき方はどうかな？

『くつがちひ小さい／くつがおお大きい』

『かかとをふんでいる・ひもやテープがゆるんでいる
・やぶれている』



こけてしまうことがあります。

小さいと**ゆび**や**あし**が当たって足を痛めます。大きすぎると足がくつの中で動いて、かかともぬげることがあります。また、**うんどうちゆう**に足をくじいてねんぞをすることもあります。

うんどうかいの**れんしゆつ**や**うんどうかい**当日にけがをしないために、しっかり**しょくじ**をとり、じゅぶんな**すいみん**時間をとって、**けんこう**と**あんぜん**に**き**をつけましょう。



せいかつ 生活リズムチャレンジ 1週間の取り組みの気づきより

9月の生活リズムチャレンジより、目標が全部達成できるように工夫して取り組んだ人の気づきを紹介します。

- ◆はやおきをするとごはんがたべられました。
- ◆はやくねないと学校でねむくなるからはやねは大切だと思います。
- ◆早起きをするといろんなことをすませれる。
- ◆みたいテレビがあったけどがまんして早くねることを意識しました。



ぜんぶ〇がついた人は、「がまんした」「がんばった」という**きづき**が多くありました。毎日**おな**同じ生活リズムで過ごす**けんこう**になります。生活リズムチャレンジがない日**ひ**も**き**そく**ただ**正しい生活を**せい**こころがけましょう。