

ほけんだより



令和4年7月20日
 杉並区立高井戸第四小学校
 【夏休み号】
 校長 加納 直樹
 養護教諭 横山 美佳

早くに梅雨明けしたわりには一時のような暑さはなく、雨が降りそうな、曇りがちな日が続いています。新型コロナウイルス感染症の感染者数が大きく増加するのを気かけながら、明日から夏休みというところです。校内でも、感染者数に連動して「検査で陽性になった」、「家族が陽性に…」という連絡が入るようになりました。夏休みに入り、この先、第7波がどのくらい拡大するか、心配は尽きません。

2学期に成長した子供たちに会えるのを楽しみに、安全・安心で楽しい休みになるように願っています。

「予防」が水の事故の大事です

この時期、とくに注意したい水の事故。そのおもな原因のひとつに「不注意」があげられます。海や川、プールなどで遊ぶときには、ルールを守ることによる事故の「予防」がかかせません！

- 子どもだけで遊びに行かない
- しっかりじゅんぴ運動をする
- おうちの人や係員さんの指示を守る
- 水の中や近くでふざけない
- 時間を決めて休けいをとる
- 体調が悪いときは無理をしない

休み中も規則正しい生活を送りましょう。

げんきに、けんこうに！

あすからなつやすみ

- も** もうすませた？ 歯のちりようはお早めに
- う** うみでも山でも、日やけに注意
- す** スマホ・ケータイはおうちの人と使おう
- な** なんともしよう おさらいしよう 熱中症予防
- つ** つめたい食べ物、飲みものはひかえめに
- や** やさいをとっていますか？ 夏野菜もおすすめ！
- み** みずべはキケン！ 子どもだけで行かないで！
- す** すずしい時間をうまく使って 勉強・運動
- グッドモーニング！** 休み中でも早ね早起き
- おさらいしよう** なんともしよう
- おさらいしよう** なんともしよう
- おさらいしよう** なんともしよう

… 保護者の方へ ～子ども医療電話相談事業について～ …

休日・夜間等で医療機関に受診できず、お子さんの急なけがや病気にどう対処したらよいか判断に迷ったとき、小児科の医師・看護師に電話で相談できる制度があります。



利用のおおまかな流れ

- ① 短縮番号「# 8000」にかける（全国同一）
- ② 都道府県ごとの相談窓口へ自動転送される
- ③ 症状等を説明し、対処や受診先等に関するアドバイスを受ける

実施時間帯等の概要については、厚生労働省のホームページで確認できます (<https://www.mhlw.go.jp/topics/2006/10/tp1010-3.html>)。

#8000に関する厚生労働省のHPは [こちら](#)から

夏休み中は普段の生活サイクルと異なる状況・場面が増え、例えばお子さんが外出先で体調をくずすことも考えられます。いざというときに活用できる手段として、ご周知いただければと思います。

