



スマイルだより

2020.7

筑波大学附属大塚特別支援学校 保健給食部

今月に入り、ますます蒸し暑い日が続いています。健康管理に気をつけて元気に過ごしましょう。

7月【動画学習】学校での新しい生活様式を考えよう

【1】6月スマイルの復習

マスクは両わきのゴムを持って外します バランスのとれた食事をしよう しっかり睡眠をとろう

【2】クイズで学ぼう

一斉登校が始まり、学校では新しい生活様式をとりいれながら、新型コロナウイルスをはじめとした感染症の対策に取り組んでいます。

①夏の対策「クーラーのついた部屋の換気」

時間を決めて2か所の窓を開けよう

クーラーをつけているときは？

1 **かん気する**



2 **かん気しない**



②手洗いのタイミング

「鼻や口をティッシュでふいたあと、どうする」

手洗いが一番大事です！

1 ティッシュをゴミ箱にすてたあと手洗い



③ソーシャルディスタンス「2mほどのくらい」

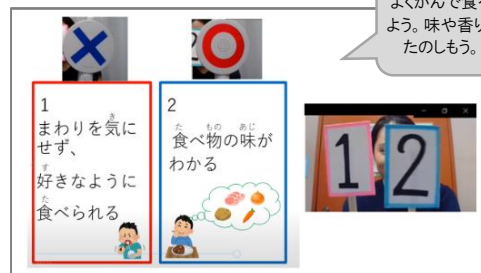
保健室前で確認しよう！



④お話はがまんの給食時間

「どんないいことがあるのかな」

よくかんで食べよう。味や香りをたのしもう。



夏を元気に過ごすポイント！

暑い日が続いています。気温だけでなく、湿度も高い日があります。健康管理に気をつけながら、夏を元気に過ごしましょう。

じぶんでできることは自分でやろう！

熱中症に注意！水分と塩分を補給しよう

夏野菜を食べよう

しっかり睡眠をとろう

トマトをじっくり煮込んだハヤシライスがおすすすめ！



こまめに水分をとろう！塩分補給もわすれずに。

夏野菜のカレーもおいしいですね。

健康診断について

今月より、医師による健康診断が始まりました。検診の場が密にならないように注意しながら実施しています。



7月実施
・内科検診、視力検査、聴力検査

例年通り、専門医での受診が必要とみられる場合は受診をお勧めする検診結果をお渡します。受診時期は、お子様の健康状態の緊急性や近隣の新型コロナウイルス感染症の状況に応じてご判断ください。ご心配なこと、ご不明点などありましたら、いつでも担任または養護教諭までご連絡ください。

7月の給食について



引き続き、文部科学省の新型コロナウイルス感染症対策ガイドラインに沿って、安全な提供に努めていきます。そのため献立に変更が生じる場合もあります。毎日の白衣の用意も含め、ご理解ご協力をお願いします。