



ほけんだより

ひとよ
おうちのひとと読みましょう
みわろしやがつこ
三室小学校 R4.3.15

親しき仲こそマスクあり
いつでも、どこでも、だれとでも



ありがとうと言うだけで...



言った人にも言われた人にも、
いいことがたくさんある「ありがとう」。
感謝の気持ち、伝えていませんか?

耳の声を聞いてみよう

いつも音を聞いてくれている耳。でも、調子が悪いみたい...

なんだか元気がないけど、
どうしたの?

毎日耳そうじをされて、
とても痛んだ

え、耳そうじを毎日するのはダメなの?

耳に傷がつくと、外耳炎などの病気に
かかりやすくなるんだよ。2~3週間に1回、
目に見えるところを優しくふきとるくらいで
十分だよ

こっちは耳は
疲れているみたいだよ

ヘッドホンで大きな音を
長い時間聞いていたんだ

じゃあ、小さい音にするね

それだけではダメだよ。長い時間使っていると、
ヘッドホン難聴になるかもしれないんだ。使う
時間は1日1時間くらいにしてね

はるやす せいかつ す
春休みも正しい生活リズムで過ごそう



そつぎょうおめでとう

なんのマークか、知っていますか?

このマークは「耳が聞こえにくい・聞こえない」ことを知らせるマークで、「聞こえが不自由なので、配慮してください」とお願いするマークでもあります。病院などの窓口に「お手伝いします」という意味で掲げられていることもあります。聞こえが不自由なことは、見た目にはわかりません。このため、人に誤解されたり、



危険な目にあったり、困ることや不安なことがたくさんあります。

このマークを見せられたら、ゆっくり話したり、筆談をしたりして、コミュニケーションをとるよう協力しましょう。簡単な手話なら、覚えておけるといいですね。



家庭内の
感染対策
再徹底

「最初動」が「最重要」

検査結果を待たずにすぐ行動



⚠ オミクロン株は感染スピードが速く、感染判明時には家族も感染

?

いつもと違う

- ▶ のどが痛い
- ▶ 咳が出る
- ▶ からだがだるい など

☹ それ、もしかしたら、コロナかも...



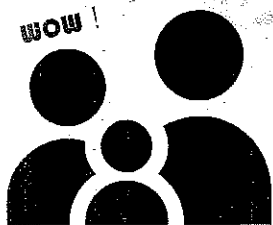
すぐ
行動!

Action

行動



まずは
体の不調を
家族に伝える



本人 うつさない行動を

- ▶ 自宅でもマスク着用
- ▶ 食事の時間や場所を分ける
- ▶ 外出せず人との接触機会を減らす
- ▶ 登園、登校、出勤を控える
- ▶ 不安な方は、すぐに受診・相談センターに相談

家族 うつらない行動を

- ▶ 体調の良くない家族とは部屋を分けるなど
- ▶ 「ま」スク」「か」んき」「せ」んよう」「て」あらい
(コップやタオルを分ける)
- ▶ 症状が出たらすぐに受診・相談センターに相談

受診・相談センター 電話 ☎ 0776-20-0795 FAX 📠 0776-20-0797