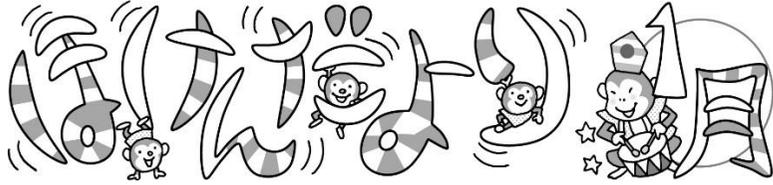


令和4年1月8日
練馬区立旭丘小学校
No.10

1月の保健目標
風邪を予防しよう



あけましておめでとうございます。

2022年の干支はトラ。「虎に翼」ということわざを知っていますか？強い力がある人にさらに力が加わることを意味し、「鬼に金棒」など同じ使い方をします。まだまだ油断できない感染症に負けないよう、早寝早起き、手洗い、マスク…と、「虎に翼」の元気な体を作りましょう。今年もよろしくお祈りします。

治療は済ませましたか？

冬休みの間に治療や検査を済ませた人は、担任の先生に「受診報告書」を提出してください。なくしてしまった人には、新しいものを配布しますので、保健室までお知らせください。

～1月の発育測定予定～

1月11日（火）1・2・3年・あさひ
12日（水）4・5・6年



☆体育着を持ってきましょう。計測のじゃまにならない髪型にしましょう。

「冬休みモード」から「学校モード」にスイッチを切りかえるコツは…



毎日同じ時間に起きる



起きたら朝日をあびる



朝ごはんを食べる



夜ふかしをしない

～お家の方へ～ 冬休み中の健康調査を実施します。

冬休みが終わり、また子供たちの元気な姿が学校に戻ってきました。つきましては、冬休み期間の子供たちの健康状態を把握するための健康調査にご協力をお願いします。

お手数ですが、ご記入の上1月14日（金）までに各担任に提出ください。（使用済みの封筒をご利用いただいても結構です。）



冬休み健康調査 _____年 _____組 名前_____

あてはまるところに○印や記入をしてください。

1. 長引く病気や大きなけがはなく、元気にすごしました。
2. 病気で2日以上体調を悪くしました。

- ・病名や症状 _____
- ・ _____月 _____日～ _____月 _____日 _____日間
- ・病院を（ 受診した ・ 受診しない ）
- ・現在は（ 治療中 ・ 治りました ）

3. 病院にかかるようなけがをしました。

- ・けが名 _____
- ・いつ _____
- ・どこで _____
- ・どこを _____
- ・どうして _____
- ・病院を（ 受診した ・ 受診しない ）
- ・現在は（ 治療中 ・ 治りました ）

4. その他 連絡事項 _____

