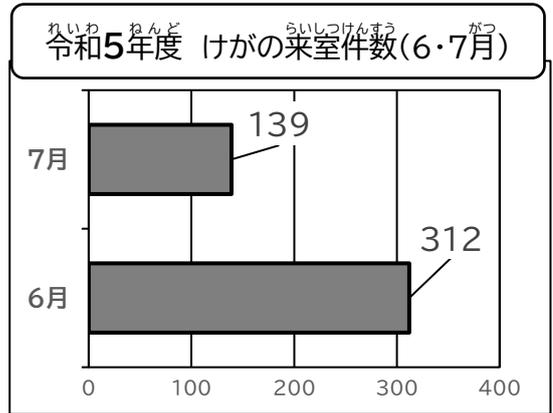
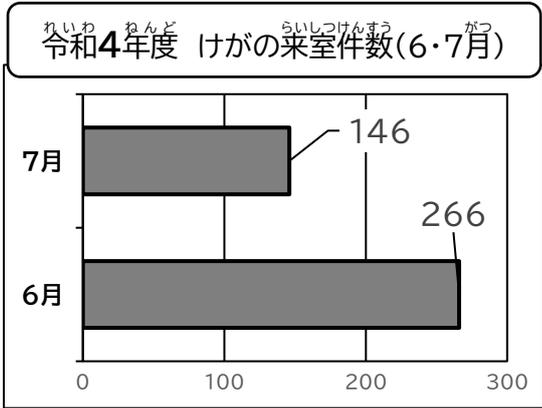


令和5年9月1日
 練馬区立豊玉南小学校
 校長 長谷川 修
 養護教諭 澤田 貴子

2学期が始まりました。みなさん充実した夏休みを過ごすことができましたでしょうか。
 今年は例年よりも暑さの厳しい日が多く、9月も気温が高い日が多いといわれています。運動会の練習も始まってきますので、熱中症予防をしながら元気に2学期も過ごせると良いですね。

9月の保健目標 **生活リズムを整えよう**

けがを予防しましょう



昨年度と今年度の6・7月のけがによる来室件数をグラフにしてみました。6月のけがによる来室件数は、昨年度よりも54件多くなっていました。けがの種類をみると、打撲によるけがが昨年度よりも51件多くなっていることがわかりました。理由としては「遊んでいてボールが当たった。」「落ちたものを拾うときに机にぶつけた。」といったものもあれば、「友達とけんかをしてしまった。」「廊下で走ってしまっ転んだ。」といった気を付ければ防ぎることができたものもありました。大きなけがにつながってしまうようなけがもありましたので、2学期はけがを予防できる生活を送れるように指導をしていきたいと思ひます。

そのけがの原因...心あたりはないですか？



「どうしてけがをしてしまったのか」を一緒に考えて、けがの予防につなげていけるようにしていきましょう！

保護者の皆様へ

給食当番の児童は、衛生上配膳時の飛沫を防ぐためにマスクを着用して当番を行うことになっています。そのため、マスクをランドセルに5枚程度常備してください。なお、短時間の使用なので、毎日マスクを交換しなくても構いません。給食当番の白衣を持ち帰った際には、ランドセルへマスクの補充をお願いいたします。

ご協力よろしくお願いいたします。



生活リズムを整えましょう

生活リズムを
学校モードに
戻そう!



4 2日間の夏休みが終わり、みなさんは学校生活のリズムを戻すことができますか。夏休みの間ゆっくりと過ごしていて、「登校時間に間に合うように起きるのが大変だった。」「朝時間がなくてごはんをしっかりと食べてこられなかった。」という人もいるかもしれませんね。生活リズムは一度乱れてしまうと、学校生活のリズムに戻すことが難しくなってしまいます。生活リズムの乱れは体調不良やけがにもつながりますので、早寝・早起きを心がけていきましょう。

がっしんたいぞくてい し 2学期身体測定のお知らせ

7月のほけんだよりでもお知らせしましたが、9月4日(月)5・6年生、5日(火)3・4年生、6日(水)1・2年生の身体測定があります。体育着を忘れずに持ってくることで、身長を測るため頭の上で結ぶような髪型は避けてくるよう、よろしくお願いいたします。



また、身体測定が終わった学年より、身体測定の結果を入力した「発育の様子」という用紙を配付します。お子さんと一緒に結果を確認していただき、家庭での保管をお願いいたします。(昨年度まで使用していた健康カードのように、押印して学校へ返却というものではありません。)