

ほけんだより 9月号

練馬区立仲町小学校
保健室

なが かった 夏休みも終わりました。

あつ 暑い日が続きましたが、元気に過ごせたでしょうか？

なつやす 夏休み中に大きなけがや病気をした人、また何か心配なことがある人は、担任の先生か保健室に伝えてください。

身体計測を行います

身長・体重をはかって、4月からの成長を
確認します。

6年生	...	9月3日(水)
5年生	...	9月4日(木)
4年生	...	9月5日(金)
3年生	...	9月9日(火)
2年生	...	9月10日(水)
1年生	...	9月11日(木)

◆当日は…

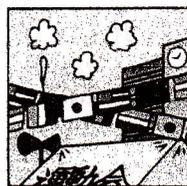
- 体育着を持ってきてください。
- 髪の長い人は、身長をはかるのにさしつかえない髪型(二つに結ぶなど)にしてきてください。

◆計測後は…

「健康カード」を持ち帰ります。

計測欄のとなり2カ所にはんごをおしてもらい、学校に持ってきてください。

運動会の練習が はじまります



けがをせず、楽しい運動会にするために
気をつけたいことがあります。
いくつかできているかな～

- 準備運動をしっかりとやっている。
- つめを短く切っている。
- 朝ごはんを食べて登校している。
- 汗ふきタオルで汗をふいている。
- お風呂に入って、早めに寝ている。

はじめまして!

保健室の北島です。



今月から仲町小学校のみな
さんが学校で楽しくすごせる
ようお手伝いすることになり
ました。

ころもからだも大切にす
ことを心がけています。

こまったことがある時は、
ぜひ声をかけに来てください。