

平成 29年9月1日

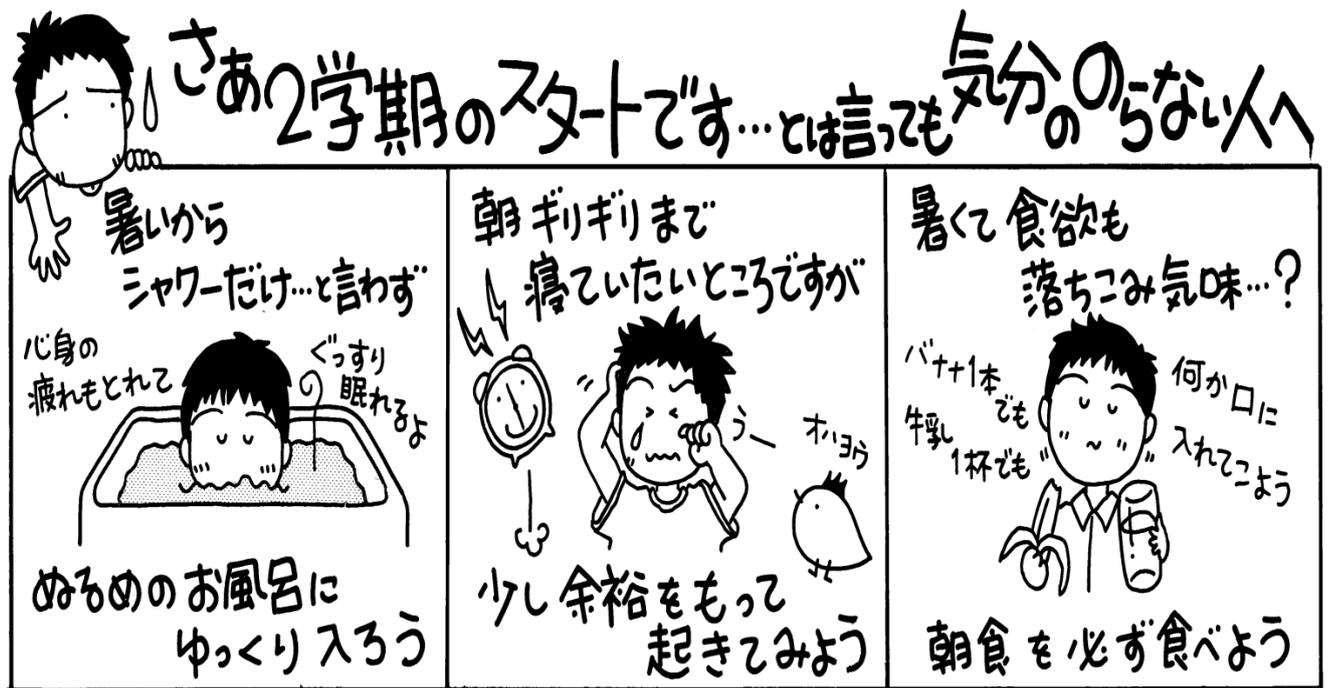
校長 山田 美鈴

練馬区立練馬東小学校

保健室

ほけんだより

なが 長かった夏休みが終わりました。やす あ 休み明けはどうしてもせいかつ 生活リズムがみだれがちです。よる はやく ねて、あさ 朝はしっかり朝食^{ちようしょく} をとりましょう。まだまだ暑い日が続きそうです。汗ふきタオルも持参しましょう。



1年生の給食後の歯みがきが始まります。歯みがきのセットの用意をお願いします。

9月より1年生の給食後の歯みがきが始まります。食器を返した後、自分の席で歯みがき粉を使わず、歯ブラシでブラッシングします。ブラッシングが終わったら自分のコップ・歯ブラシを持って廊下の水道に行き、うがいをして歯ブラシを洗います。昼休み終了までに歯をみがきましょう。

巾着袋(ポーチ)に歯ブラシセット(歯ブラシ・コップ)を入れて、給食 ナフキンと一緒に持ち帰ります。持ち帰った歯ブラシ・コップは家でよく洗って乾燥させてください。

持ち物

歯ブラシ (子供の口の大きさにあったもので、シンプルなもの)

コップ (給食袋に入るものでシンプルなもの)

* 歯ブラシ・コップには名前を書いてください。

きゅうきゅう ひ
9月9日は救急の日

ほけんきょうじ
9月の保健行事



まずは自分でできずをきれいに
あらいましょう！



血でよごれたちりがみなどは
きれいなちりがみでつつんでから
すてましょう。

お友だちが血をみて
びっくりしないように
自分できちんと
しまつしましょう。



9月 4日 (月)	身体計測 2年・5年
5日 (火)	身体計測 3年
6日 (水)	身体計測 すずしろ 出発前健診 5年
7日 (木)	身体計測 1年・6年
8日 (金)	身体計測 4年



おうちの方へ

保健室で、衣服や下着が汚れてしまった場合、下着については新しいものを渡していますので、そちらは御家庭で御使用いただき、学校へは同じくらいのサイズの新しいものを返却してください。他の衣類や上履きなどについては、洗濯してお返してください。お手数ですが、よろしくお願いします。

使い古しの上履きの寄付のお願い

学校では、上履きの貸出を行っていますが、貸出上履きの劣化や貸し出した上履きが紛失してしまうケースもあり、21センチ以上の上履きが不足しています。足が大きくなり、使用しなくなった21センチ以上の上履きがありましたら、ぜひ、お子様にお持たせいただき、学校に寄付をお願いします。