

保健だより

令和3年度
練馬区立田柄第二小学校
校長 岩井 一雄
主任養護教諭 井上 希

1月号

こんげつ けんこうもくひょう
今月の健康目標

かぜを^{ひせ}防ごう!!



冬休みが明け、3学期が始まりました。新しい年が始まると、新鮮な気持ちになりますね。みなさんはどんな1年にしたいですか？毎日の生活の中で少しでも成長できる1年になるといいですね！

新型コロナウイルスがまたはやりだしています。手洗い、せきエチケットなどの感染症予防を引き続き行いましょう。みなさんにとって楽しいこと、うれしいことがたくさんある1年になるよう保健室から応援しています。

冬休みモードから切り替え、風邪を寄せぎましょう

早寝・早起きをしていますか？



朝ごはんをしっかりと
食べていますか？



手洗いをしていますか？



体を動かしていますか？



排便をできていますか？



換気をしていますか？



ポケットに手を入れている人、危険です

寒さから、ポケットに手を入れて歩いている人がいます。転んだ時にすぐ手が出ず、大きなけがにつながります。必ず手を出して歩いてください。

- 姿勢が悪くなります。
- 転びそうになった時、体のバランスがうまくとれません。
- 転んだ時、顔をぶつけてしまいます。



寒いときには、手袋をしましょう。



健康観察カードの提出にご協力をお願いします

冬休み中も健康観察していませんか？毎日体温を測り、異常がないか確認してください。1月も引き続き、毎朝検温し、忘れずに健康観察カードを学校に提出してください。



1月の計測予定

1月12日(水)	2年生	1月18日(火)	4年生
1月13日(木)	1年生	1月19日(水)	3年生
1月17日(月)	5年生	1月20日(木)	6年生



～正しく計測するためのお願い～

- ・髪の毛を登頂部で結んでこないようにお願いします。
- ・体操着を忘れずに持ってきてください。



～計測が終わったら～

- ・計測終了後に「発育の様子」の記録用紙をお渡しします。4月・9月・1月の計測結果が載っています。ご家庭で、保管ください。

学校保健委員会のアンケートについて

毎年、2月に学校医、学校薬剤師の先生方にお集まりいただき、児童の発育の様子や生活習慣などについてご助言をいただく学校保健委員会を開催しています。しかし新型コロナウイルス感染症予防の観点から、集合して開催することが難しいため、事前に保護者の皆様から質問をいただき、校医の先生方にお答えいただこうと考えています。つきましては、保護者の皆様から校医の先生、薬剤師の先生方へ質問がありましたら、アンケートのご記入をお願いいたします。健康に関すること、発育に関すること、気になることなど何でも構いません。貴重な機会ですのでぜひご自由にご記入ください。

切り取り線

学校保健委員会アンケート

年 組 児童名

- ・質問したい先生に○をつけてください。

内科校医

歯科校医

眼科校医

耳鼻科校医

学校薬剤師

- ・質問内容

締切り1月21日(金) 養護教諭 井上 まで