

# ほけんだより 9 月号

令和8年9月 1日(火)

練馬区立大泉第一小学校

2 学期が始まりました。1 学期の疲れは落とし、リフレッシュできましたか？今年はとても暑い夏になりました。7 月は、手足口病が流行し、警報レベルに達しました。

健康に十分注意しながら、楽しく毎日を過ごせますように・・・。

毎日の生活で、次の①～③をしっかり守ることが、良いスタートをきる秘訣です。

- ① 早寝早起きで気分スッキリ。 ～☆十分な睡眠が大切です☆～
- ② 朝 早く起きて、太陽の光をあび、からだを動かしましょう。
- ③ 朝ごはんは必ずしっかり食べよう！ ～☆元気に過ごす源です☆～



保護者の皆様には、1 学期登校前の健康観察、体調不良時の早めのお迎えや、保健書類の提出問い合わせにご協力いただき、本当にありがとうございました。心より感謝申し上げます。

2 学期も子供たちが元気に学校生活を送ることができるよう、保健室もより一層支援していきます。引き続き、ご理解・ご協力いただきますよう、どうぞよろしくお願いいたします。

## 2 学期の健康診断について

|           |      |         |
|-----------|------|---------|
| 9 / 2 (水) | 身体計測 | 5 ・ 6 年 |
| 3 (木)     | 身体計測 | 3 ・ 4 年 |
| 4 (金)     | 身体計測 | 1 ・ 2 年 |

＊9 月の身体測定のお知らせ (おうちの方へ) ＊

測定結果は、A4 上質紙に印刷してお知らせいたします。肥満度や 1 学期からの伸びや増加も表示されます。2 つ折りで、測定日の翌日以降に持ち帰らせてますので、ご確認下さい。

|             |         |        |
|-------------|---------|--------|
| 10 / 2 (金)  | 秋季歯科検診  | 全 学 年  |
| 15 (木)      | 歯科保健指導  | 2 年 生  |
| 11 / 11 (水) | 就学時健康診断 | 新 1 年生 |

## 視力検査・色覚検査について

10月10日の眼の愛護デーにあわせて、2学期に視力検査を実施します。希望するご家庭は、アンケートを後日配布しますので、期日までに提出してください。

検査は休み時間に保健室で実施することをお子さんにお伝えください。

毎年4年生の保護者にアンケートを取り、希望者のみに色覚検査を実施しています。今年度も3学期に実施する予定です。ご承知おきください。



## 「歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール」

7月の保健だよりでお知らせしましたが、1～6年生まで図画・ポスターコンクールに作品を出品できます。

## 「手を洗おう、きれいな手！ポスターコンクール2026」

手洗いの大切さについてのポスターを募集しています。  
一人で複数枚描いて応募することもできます。

(こちらも7月号保健だよりでお知らせしています)

どちらも 締め切り 9月2日(水)



き り と り せ ん

## 夏 休 み 中 の 健 康 調 査

夏休み中の病気やけがについて該当することがありましたら、御記入の上、提出してください。手足口病やインフルエンザなど、出席停止になる病気も、ご連絡ください。

(保健室)

年 組 名前

☆ 病気やけがをして、病院に行った人

名 前：

期 間： 月 日頃

どこで(場所)：

どこを(部位)：

\* 現在は： 治りました ・ 治療中

☆ その他、学校へ知らせておきたいこと