

保健だより

令和5年9月1日
墨田区立中和小学校
校長 影山 祥仁

夏休みが終わり、学校生活がスタートしました。夏休みはいかがお過ごしでしたか。普段より少しゆっくり朝を迎えたり、旅行先で夜まで思いっきり遊んだり、いつもと違う時間を過ごせたと思いますが、夏の疲れが出ている子も多いかもしれません。生活リズムをしっかりと整えて、9月からも充実した日々を過ごしてほしいと思います。



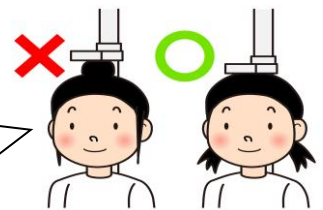
～9月の保健行事～

身体測定があります！

	保健行事	対象学年
4日（月）	身体測定	1年、3-1
5日（火）	身体測定	2年、3-2
6日（水）	身体測定	4、5年
7日（木）	身体測定	そよかぜ、6年
13日（水）	宿泊前検診	そよかぜ（4年）

お願い

- ・耳より低い位置で髪を結んでください。ポニーテールやおだんご等の髪型の場合、正しく身長が測定できないことがあります。
- ・体育着を忘れずに持たせてください。



～生活リズムチェックを行います！～



9月4日（月）～10日（日）に全学年を対象とした「生活リズムチェック」を行います。夏休み中に生活習慣が乱れてしまった人は、この機会に少しずつ規則正しい生活習慣を取り戻すようにしていきましょう。



7月の保健室利用状況

けが 52人 病気 34人

7月の感染症情報

インフルエンザ、溶連菌感染症

保健委員会の活動

ハンカチチェックを行いました



7月11日(火)、12日(水)、14日(金)の3日間で保健委員が各教室に行き、ハンカチを持っていくかチェックを行いました。下の結果は3日間のハンカチの所持率や忘れた人数の平均から総合的に見て、出しています。第1位のそよかぜ学級は毎回、全員がハンカチを持ってきていました。とても素晴らしいです!

第1位

そよかぜ学級

第2位

1年2組
4年1組
4年2組

第3位

5年1組

保健委員が各教室でチェックをしている様子です。チェックをする時は、ポケットからハンカチを出してもらいます。ハンカチは手を拭くためだけではなく、汗を拭いたり、けがをした時にも使えます。「ハンカチを持ち歩く」ということを習慣にしてもらいたいです。



9月の保健目標

規則正しい生活をしよう



児童の皆さんへ

夏休み中も「早寝・早起き・朝ご飯」の規則正しい生活習慣ができていましたか?生活習慣が乱れていると、疲れやすくなったり、体調が悪くなったりする原因になります。下の絵を参考にして、9月からも元気に過ごせるようにしましょう。

生活リズムを
学校モードに
戻そう!

