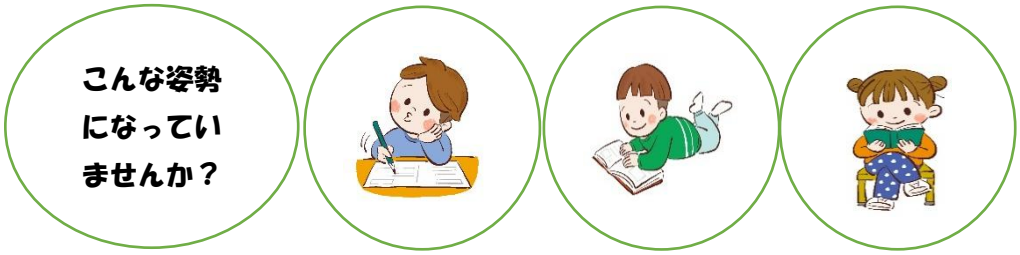
ほけんだより　11月

令和　8年　10月29日
小平市立小平第一小学校
保　健　室

運動会も無事に終了し、次の音楽会に向けた準備が本格的に始まっています。忙しい毎日の一方で、季節は確実に進み、朝晩の空気がひんやりと感じられるようになりました。この寒暖差に体が適応しようとすることで、こどもたちは自覚している以上に疲れやすくなっています。校内でもインフルエンザに感染したり、体調を崩して欠席する子が増えてきています。朝から体調が悪い時は、無理せずご家庭で様子を見ていただくよう、お願いいたします。







いい姿勢の効果　･･･姿勢がいいと体にとっていい効果がたくさんあります！いい姿勢で過ごしましょう！！


《集中力が上がる》


《代謝が上がる》


《運動能力が上がる》


《かっこよく見える》



＊＊＊＊＊＊＊＊登校許可書･登校届について＊＊＊＊＊＊＊＊

インフルエンザ・コロナ等の感染症にかかったときは、登校許可書・登校届の提出をお願いします。

	許可書の種類	記入者
インフルエンザ	インフル用登校届	保護者が記入
コロナ	コロナ用登校届	
水疱瘡などの感染症	登校許可書	医師が記入

＊どの書類も、一小ホームページからダウンロードできます。

5年生！

＊側わん検診のお知らせ＊

日時：１１月１９日（木）
　　１３：２０～
場所：夢の広場
対象：５年生
　　６年生の再検査の児童
＊髪の長い子は結んできましょう

当日欠席した場合は、**欠席者検診**に保護者とともに行きます。
日時：１２月２日（水）
　　男子：14:00～14:45
　　女子：14:45～15:30
場所：福祉会館３階　第 1,3 集会