

ほけんだより 10月

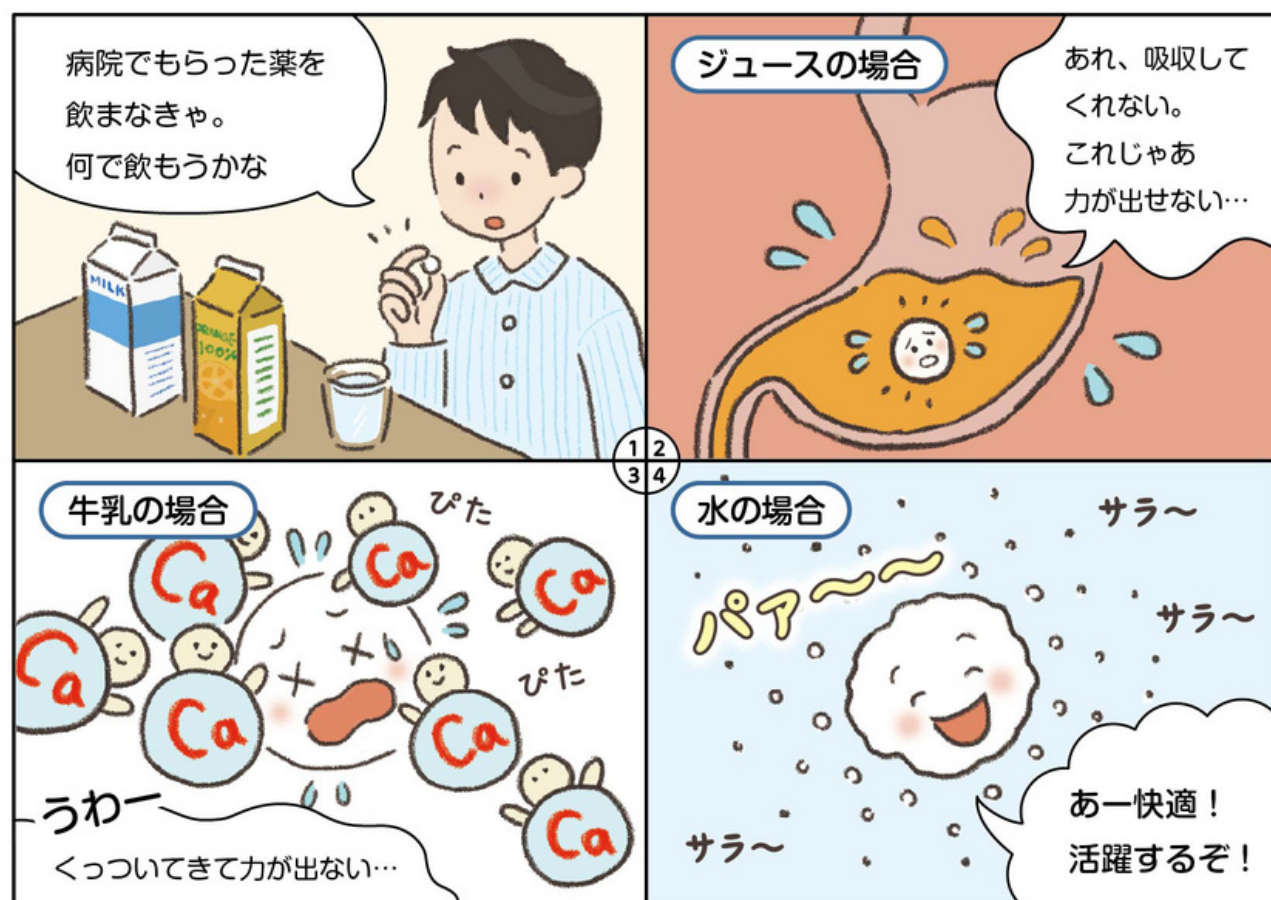
令和8年10月1日発行



秋バテしていませんか？

2学期が始まって1か月が経ちました。校内にはこどもたちの元気な笑い声が響き渡っています。
今年は長雨の影響もあり、保健室でも「秋バテ」といわれる寒暖の差による心身の不調での来室が目立ちます。
今月は運動会も控えていますので、家庭でも学校でも日々の健康管理に気をつけていきましょう。
こどもも大人も、気軽に保健室をたずねにきてくださいね🍀

その薬、何と一緒に飲む？



ポイント 薬は必ず水かぬるま湯で飲む



もうすぐ運動会

当日に自分の力を発揮するために、日頃から準備をしておきましょう。けがもしやすい時期なので、家庭からばんそうこうを持ってきておくのもおすすめです。



水筒を忘れずに
持ってこよう



はきなれたくつで
当日参加しよう



体調が悪いときは
無理せず休もう



運動前・運動後は
ストレッチしよう

けがや体調不良の時の早退について

こどもだけで下校はできません

下校中に状態が悪化する場合があるため保護者のお迎えが必要です

保健資料に記載の連絡先順でご連絡します

留守番電話にメッセージを残すことがありますのでご確認ください

お迎えは可能な限り早急をお願いします

経過観察中に状態が悪化することもあります。ご協力をお願いします



校内の感染症発生情報を発信しています

都内でインフルエンザの流行が始まっています。

本校は今年度より、毎週金曜日に
1週間ごとの感染症発生情報を配信しています。
毎日の体調管理の参考にしてください。

学校日記>
専科のページをクリック

