

(家庭数) 家の人といっしょに読みましょう。

ほけんだより

No.8

令和4年12月21日

大田区立梅田小学校

校長 金高 俊哉

養護教諭



寒い日が多くなりました。12月の休み時間は、学校全体で取り組んでいる5分間ランニングや外遊びキャンペーンで、外に出てからだを動かすみなさんの元気な姿がみられました。中には、汗だくで保健室に来室する人も。冬でも水分補給を忘れないよう、指導していきます。

移動教室や遠足、社会科見学、音楽会と楽しい行事がたくさんあった2学期も残りあと少しです。もうすぐ冬休み。新型コロナウイルス感染症やかぜでお休みする人が増えてきていますので、体調管理には十分気を付けて過ごしてください。3学期の始業式に会えることを楽しみにしています。



冬休みも **健康第一**

早寝・早起きが
がんばろう！

手洗い・マスクの着用・
換気を続けよう！

食べすぎにご用心、
からだを動かそう！



元気に冬休みを
過ごせているのは、
どの子かな？



どうぶつたちに
好きな色を
ぬってね

OK!

ホカホカカンガルー

スヤスヤキ

ピカピカニ

カラカラス

パクパクマ

NG

楽しいイベントが続く冬休み。食べすぎや運動不足に気をつけましょう。また、空気が乾燥しているので、こまめな水分補給も大切です。夜はお風呂でしっかり体を温めて、ていねいに歯をみがいてから早めに寝ましょう。

◆保健委員会の活動紹介

保健委員会の児童が、グーグルスライドで保健目標表示を作成しました。成果物は、保健室前廊下に掲示しています。



◆予備マスクをご用意ください

マスクの着用にご協力ありがとうございます。汚してしまった、落としてしまった等で保健室にマスクをもらいに来るお子様がいます。学校での予備マスクには在庫に限りがあるため、可能な限りご家庭で2枚程度をご用意いただき、ランドセルの中に常備してください。よろしくお願いします。

◆引き続き、感染症対策にご協力をお願いします

- ①毎朝、体温をはかって「けんこうチェックカード」に記録してください(土日・祝日も)。
- ②具合が悪い日は、無理して登校せず、お休みして様子をみてください。
- ③きょうだいや一緒に住んでいる人に熱などのかぜ症状がある場合は、お休みをお願いします。
- ④一緒に住んでいる人が新型コロナウイルス感染症の検査を受けた場合は、すぐに電話にて学校にお知らせください。結果が出るまでは、お休みをお願いします。

◆1月の発育測定について

日	曜日	検査項目	対象学年	ご家庭へのお願い
12	木	発育測定	6年	体育着を持参
13	金	発育測定	5年	体育着を持参
16	月	発育測定	4年	体育着を持参
17	火	発育測定	3年	体育着を持参
18	水	発育測定	2年	体育着を持参
19	木	発育測定	1年半分	体育着を持参
20	金	発育測定	1年半分	体育着を持参

【お願い】
髪のはは、頭の上や後ろで結ばないようにしてください。正しい身長が測れないことがあります。

