

家庭数

〈お子様と一緒に読んでください〉



ほけんだより

ふゆやすみ号

令和4年12月22日
三芳町立三芳小学校
保健室 NO. 11



早いもので今年も残すところ約1週間となりました。新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い、感染症対策として様々な場面が例年通りとはいかない1年となりました。このような状況下で三芳小の児童が元気に過ごすことができましたことは、保護者の皆様のご協力のおかげです。ありがとうございました。もうすぐ冬休みになりますが、体調には気を付けてお過ごしください。引き続き新型コロナウイルス感染症予防対策にもご配慮をお願いいたします。



冬休み中も体調の記録をお願いします！

日頃より、Google Classroomでの健康観察の提出にご協力をいただき、ありがとうございます。ご自宅での毎日の検温、保護者の皆様の日頃の体調管理のおかげで、子供たちが自分自身の健康を観察する力が身についてきているように感じています。

冬休みの期間中は、紙面での健康観察の実施をお願いいたします。健康観察表を配布いたしますので、ご家庭で毎朝の検温と体調の記録をよろしくをお願いいたします。

12/24 (土) ~ 1/10 (火) までの分を記入し、印鑑を押し、

1月10日 (火) 始業式の日 に学級担任へ提出してください。

※冬休み期間中も2学期と同様に、新型コロナウイルス感染症への感染がみられた場合、また同居家族等の感染により児童が濃厚接触者となった場合には、学校へご連絡をお願いいたします。 三芳小学校 TEL: 049-258-0674

ことし ちりょう
今年のうちに治療をすませよう



6月に行った定期健康診断(歯科健診)の際におし歯があると診断をされ、治療がまだ済んでいないお子様に、治療のお知らせの用紙を配布させていただきます。おし歯を放置しておくと、細菌が神経まで達して痛みを感じます。さらに進行すると歯根部まで痛めてしまい、歯を抜かなければならなくなってしまいます。おし歯が悪化する前に、早期の治療をお願いいたします。治療後は、お知らせの用紙を学級担任へご提出ください。よろしくをお願いいたします。

3学期の発育測定

1月12日(木) 高学年

13日(金) 中学年

16日(月) 低学年・すみれ学級・たんぽぽ学級

- 測定は体育着で行います。
- 女子は髪の毛を低い位置で結ぶようにしてください。



冬休みが始まります!



いよいよ待ちに待った冬休みです。年末年始は生活のリズムが乱れやすくなります。早ね・早起き・朝ごはんを心がけ、体調を崩さないように元気に過ごしましょう! 心も体もゆっくりと休めて、また3学期も元気に登校しましょう! 皆さんに会える日を楽しみにしています。

冬休みを健康で安全に過ごすための約束

1 ねる時間・起きる時間を決めておこう! (9時には寝て、7時には起きよう)

2 食事の後は、歯みがきをしよう!

計画的にすごそう!

3 手洗い・うがい・マスクの着用・かんき

感染症を予防しよう!



4 ゲームやタブレットの使用は、時間を決めてやろう!

※1時間に一度は目を休めよう!

5 外で運動する時間を作ろう

食事・運動・すいみん バランスが大切です!



食べすぎ 飲みすぎ



ダラダラしすぎ

ピーッ! 冬休み ○○すぎに注意



見すぎ やりすぎ



はめ はずしすぎ