



9月の保健目標
きとく正しい
生活をしよう。

平成28年 9月1日
文京区立 汐見小学校
養護教諭 松本真美加



^{なが}長い^{なつせ}夏休み、みなさんは^{げんき}元気に
^す過ごせましたか？ダラダラ、ゴロゴロと
^す過ごしてしまった人はいませんか？
まずは、生活リズムを^{せいかつ}学校モードに

^{もど}戻しましょう。2学期は^{がっ}行事が^{ぎょうじ}たくさんあります。秋のはじめは、
^{あつ}暑さ^{づか}疲れ^でが出て、^{たいち}体調^{ちやう}をくずし^{じき}やすい時期です。

生活リズムを^{せい}整えて、^{しん}心身^{しん}ともに^{じゅう}充実した『^{みの}実りの秋』を
^す過ごせるようにしましょう。

まだまだ^{あつ}暑い日^ひが^{つづ}続きそうです。引き続き^ね熱中症^{ちやうじやう}
にも注意しましょう。

キ リ ト リ

夏季休業中のけがや病気の調査

締め切り 9月7日(水)

★夏季休業中にお子さんがけがをしたり、病気にかかったりしていましたら、ご記入の上担任まで提出してください。

年 組 児童氏名

傷病名	月・日	原因・処置・現在の状況など

9月の保健行事



日	曜日	内容	対象学年	時間	注意点
5	月	発育測定	5・6年生	1～4校時	体育着に着替えましょう。
6	火	発育測定	3・4年生	1・2校時	体育着に着替えましょう。
7	水			3・4校時	
8	木	発育測定	2年生、しおみ	1～4校時	体育着に着替えましょう。
9	金	発育測定	1年生	1～4校時	体育着に着替えましょう。
12	月	脊柱側弯検診	5年生	9:00～	体育着に着替えましょう。
15	木	秋季歯科検診	全学年	9:00～	朝、忘れずに歯をみがいてきましょう。



おうちの方へ

「けんこうのきろく」をお返しします。

発育測定の結果と秋季歯科検診の結果を、「けんこうのきろく」でお知らせします。9月中旬頃に配布予定ですので、ご覧になりましたら保護者欄に押印またはサインをお願いいたします。

9月26日(月)までに担任へ提出してください。ご協力よろしくお願いたします。

健康トレーナー ひがしなかとまや 東中友哉さんによる健康相談の実施について

文京区では、児童の生活習慣改善や肥満・偏食等、個別の健康課題の改善を図るため、健康トレーナーを配置し、巡回相談等による指導・助言を行っています。本校にも、月に1回、月曜日の午前中に来ています。

2学期の来校日は、9月5日、10月3日、10月31日、11月21日の予定です。健康トレーナーに相談を希望される方は、事前に連絡帳にてお知らせください。養護教諭より、折り返しご連絡いたします。



明日、地震が起きたらどうする？



がうちの人と考えよう