

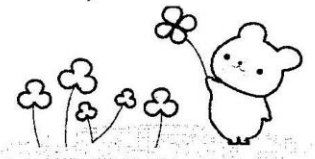
ほけんだより

貝塚市立
東山小学校
保健室★NO.1
平成23年4月8日

い どう ～児童のみなさんへ～ ほけんしつでのやくそく★

しん きゅう ご進級おめでとうございます

さあ、新しい年度が始まりました。東山小学校も2年目のスタートです。
新しい学年、新しい友だちなど…新しいことがいっぱいあった楽しいこの時期。
早ね・早起きを心がけ、疲れが残らないようにしてください。
そして、朝ごはんをしっかり食べて、毎日元気に登校しましょう。



★保健関係書類の提出をお願い致します。★

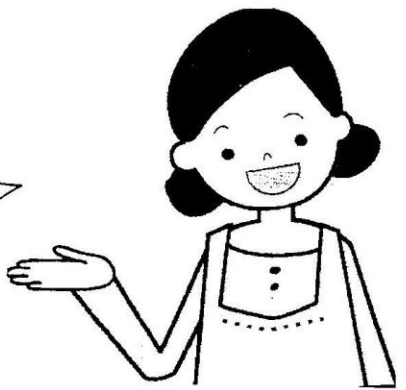
- ①緊急連絡表…お子さまが学校管理下で、万が一ケガや病気をされた場合の緊急連絡先などを書いて頂きます。必要時に、適切に使用させていただきます。
- ②保健調査票…お子さまの健康状態を把握しておく為のものです。できるだけ詳細をお書き下さい。
- ③結核健康診断問診調査票…お知らせプリントを参照の上、えんぴつでご記入下さい。

★3枚をセットにして、封筒に入れて4月12日までに担任まで提出して下さい。

*たくさんありますが、とても大切な資料です。よろしくお願いします。

はじめまして。 保健室の林です。

今年度から東山小学校で働くことになりました。
学木交での保健行事や、みなさんが毎日元気に過ごすための健康に関する情報をお知らせしたいと思います。よろしくお願いします。



- ☆ ほけんしつにくるときは、必ず担任の先生に言いましょう。
- ☆ ほけんしつでは、体調がわるい人も休んでいます。しずかにしましょう。
- ☆ ほけんしつにきたときは、どうしたのかをわかりやすく教えてください。
「運動場であそんでいて、ころびました。ひざがいたいです。」
「〇〇の時間からおなかがいいたいです。」など。
- ☆ ほけんしつにあるものは勝手につかわない。
「〇〇をつかってもいいですか？」と先生に聞いてからにしましょう。
- ☆ 学校でけがをしたとき、ほけんしつで手当てをしてもらったときは、かならず、おうちのの人に話をしましょう。
- ☆ ほけんしつでのようじがおわったら、教室へかえりましょう。



しかり刻とう。朝の生活リズム

<p>決まった時間に起床する</p> <p>ゆとりを持って登校できる時間を決めよう</p>	<p>☆ さきちんと朝食を食べる</p> <p>1日の生活の基本です!</p> <p>Power Up!</p> <p>朝食を抜くと元気が出ないよ</p>	<p>決まった時間に排便をしてみる</p> <p>うんちが出なくて困る習慣も!</p> <p>トイレに座る習慣も!</p>
---	---	---

新学期からもう一度、はじめてみましょう♪