

ほけんだより

令和6年8月26日

げんきだま



NO.10

八郎潟小学校・中学校 保健室

なつやす お 夏休みが終わりました

なが なつやす しゅうりょう きょう がっこう はじ なつやす げんき す
長かった夏休みが終了し、今日から学校が始まりました。夏休みは元気に過ごせましたか？

よかったこと、残念だったことなど、いろいろなお話を聞かせてくれたら嬉しいです。

なが やす あと がっこう く だれ でも (おとな も 子ども も) おっくう
長いお休みの後、学校に来るのは誰でも(大人も子どもも)億劫になりがちです。まずは、自分の「やる気スイッチ」をオンにして、夏休みモードから学校モードにギアチェンジしていきましょう。

スムーズなギアチェンジのポイントは、規則正しい生活です。早寝、早起き、しっかり朝ご飯を心掛けて生活しましょう。



ちゅうがくせい みな はっちゅうさい せま
中学生の皆さんは、八中祭が迫っています。

たいちょう ととのえ だいせいこう む と く
体調を整えて、大成功に向けて、みんなで取り組んでいきましょう。

新型コロナウイルス感染症に注意！！

さいきん しんがた かんせんしょう ひと ぶ なつ あつ たいりょく ていこうりょく
最近また、新型コロナウイルス感染症にかかる人が増えてきています。夏の暑さで体力や抵抗力

ていか ゆだん きんもつ てあら きほんてき かんせんたいさく おこな
が低下しているため、油断は禁物です。手洗い、うがいなどの基本的な感染対策をしっかりと行い、

じゅうぶん えいよう すいみん めんえきりょく たか ま
十分な栄養と睡眠で免疫力を高め、ウイルスに負けないようにしましょう。

かんせんかくだいぼうし たいちょうふりょう ばあい はや じゅしん ねが
感染拡大防止のために、体調不良の場合は早めの受診をお願いします。

保健室からのお知らせです

○ 夏休み中の健康調査を行います。

・小学生には、別紙でお願いの用紙を渡しています。QRコードを読み取って、アンケートに答え
てください。(回答期間：8月30日まで)

・中学生は、タブレットから答えられるように、健康観察の上に、アンケート用のフォルダを
作成しています。そこを開いてアンケートに答えしてください。

○ 身長体重測定を行います。

・小学生は、今週中に学年ごとに実施します。

27日：4年生

28日：2年生、3年生、5年生

29日：1年生、6年生

・中学生は、8月から9月上旬にかけて実施します。

結果は、記録用紙でお知らせしますので、成長の様子を確認してください。

- 夏休み中に検査や治療のために病院を受診した人や、けがをして病院を受診した人はお知らせください。

ま
お待ちしております

