

ほけんだより

令和7年3月25日(火)

敷島南小学校保健室

ひとよ
おうちの人と読んでください!

1年間、健康に過ごせたかな?

生活のしかたを振り返ってみましょう。
できたことは、これからも続けて、
できなかったことは、4月からできる
ように、がんばりましょう!

- 早寝早起きができた
- 毎日3食きちんと食べた
- 食べ物のすききらいをへらせた
- 元気に運動した
- 外から帰った後、手洗いした
- 大きなけが・病気をしなかった
- 友だちとなかよく過ごした
- 食後はきちんと歯をみがいた



せつけんて

～保護者の皆様にお願ひします～

☆今年度も、学校保健にご理解ご協力をいただき、ありがとうございました。
春休み中も、学校がある時と同じような規則正しい生活を続けていただき、
お子さんが元気に新学期を迎えられますよう、ご協力をお願い致します。



☆もし、体の様子で心配なことがありましたら、春休みの機会に受診をお願い致します。
(特に視力・むし歯の治療など)。

花粉症の症状がつかうようなお子さんが多くみられます。時期的なものではありますが、薬でかなり症状が改善します。花粉症かな?と思っても、かぜやウイルス性の結膜炎、副鼻腔炎などの場合もありますので、受診をお勧めします。



☆季節の変わり目で体調を崩しやすい時期です。インフルエンザの流行は今のところ落ち着いていますが、かぜの症状が長引くなど、体調不良が続いているお子さんもみられます。市販のかぜ薬を服用しても症状が改善しなかったり、いつもと様子が違うな?と感じたら、念のため受診をお願い致します。インフルエンザやコロナ以外にも、子どもはいろいろな病気に感染しやすいですので、心配な場合は、かかりつけ医の先生にご相談ください。

☆新学期になりますと、すぐに健康診断が始まります。事前調査として、例年、年度始めに **保健調査票** と **内科検診(結核)問診票** を保護者の方にご記入いただいておりますが、今回から、3学期末に用紙を配付し、新年度始めに提出していただくこととしました。用紙は、小学校から中学校卒業まで継続して使用します。春休み中にご記入いただくとともに、紛失等に注意して新学期まで保管をお願い致します。