



すくすく



令和5年1月
朝日西小学校
保健室

あけましておめでとうございます！2023年もよろしくお願ひします。冬休みはみなさん体調をくずすことなく、元気に過ごすことができましたか？

体調をくずしやすい季節がしばらく続きます。規則正しい生活リズムは、体の免疫力（病気に負けない力）を高めてくれます。お休みモードの人は、早めに学校モードに切りかえて3学期を元気に始められるようにしましょう！

1月の保健目標 かぜの予防につとめます

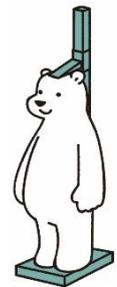
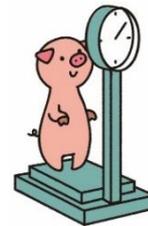
～発育測定があります～

1月11日（水）・・・5-1

1月12日（木）・・・3-1・4-1・6-1

1月13日（金）・・・にじいろ・1-1・2-1・5-2

* 体育着で測定します。 * 頭の上の方で髪を結ばないようにしましょう。



12/15・16 食育授業(1・2年)

東元郷小学校より栄養教諭の戸谷先生を

お招きして食育授業を行いました。お箸や

お茶碗の持ち方やマナー・給食の調理方法な

ど学びました。



12/8 初経指導(4年)

4年1組で初経指導を行いました。

月経の仕組みやマナーの話、性別問わず

月経への理解を深めることの大切さを

一緒に考えました。



外遊びビンゴカードの結果

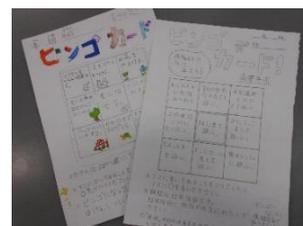
給食保健委員会の取り組みで12/5(月)～12/16(金)の2週間で「外遊びビンゴカード」を実施しました。「近視予防のためにも、外で遊んだりメディアから離れたりしてみよう！」という目的のもと、給食保健委員が計画・準備しました。ここで、1列でもビンゴになった人の人数を学年別に発表します。

1年…13名 2年…11名 3年…10名 4年…15名 5年…11名 6年…12名

そして、全ての列をビンゴにできた人は、全校で13人でした。

ご参加ありがとうございました！たくさんの方が、外遊びを意識できていて素晴らしいです。これからもゲームやスマホから少し離れ、遠くを見たり外遊びをしたりして、目に優しい生活を意識してください。

12/16までの集計結果



保護者のみなさまへ

新年明けましておめでとうございます。今年もすくすくを通じて健康情報を発信していきますので、どうぞよろしくお願い致します。すくすくや食育について学校HPも更新しておりますので、お時間あるときにご覧いただけたらと思います。

日頃よりご家庭で朝の健康観察にご協力いただきありがとうございます。引き続き、体温や元気さ、咳、食欲、排便、顔色等の確認をお願い致します。

また、感染症対策により手洗いをする回数が多いこともあり、子どもたちの手のひび・あかぎれを目にします。保湿剤等は、連絡帳でお知らせいただき、持参が可能です。休み時間に保健室で塗ることも可能です。(その際、お子様自身で塗っていただきます。)

