



三笠小 保健室 令和2年12月21日

今年も残り約2週間となりました。今年は「手洗いの1年」と言ってもいいくらい、手洗いを耳にし、意識し実践した年だったと思います。新型コロナウイルスだけでなく、手洗いは感染症対策の基本です。これからも手洗いを日々の習慣として続けていきましょう。そして、長かった2学期も終わり、いよいよ冬休みが始まります。ゆっくりと体を休め、今年1年頑張った自分をほめてあげてくださいね。



冬休みの健康のめあてを書いてみよう！！

☆起きる時間

時 分までに起きる。

☆寝る時間

時 分までに寝る。

☆冬休みやりたいこと・頑張りたいこと



冬休みもけんこうに過ごそう！



1月の保健行事

- 12日(火) 5・6年身体測定
- 13日(水) 1・2年身体測定
- 14日(木) 3・4年身体測定



身体測定は体操服の半袖・半ズボンで行いますので、準備をよろしくお願いいたします。

保健室からのお知らせ

- ・健康診断の結果、疾病や異常の疑いがある場合には専門医への受診をお願いいたします。また、すでに受診されていて、「受診結果報告書」を学校にまだ提出されていない場合には提出をお願いいたします。
- ・長期休みは生活リズムが乱れやすくなりますので、ご家庭でもお子様へのお声かけ等をよろしくお願いいたします。