



ほけんだより



秋田市立下浜小学校 保健室

冬休み号 令和6年12月23日

さあ、たのしい冬休みです！

いよいよ冬休みが始まります。冬休みだからといって夜更かしをしたり、スマホやゲームばかりするのはなく、3食しっかり食べ、体を動かし、よく眠るといった健康的な生活を送りましょう。また、学習についても振り返りや準備を行い、新年もよいスタートができるようにしましょう。

冬休み明け、みなさんに会えるのを楽しみにしています。よい年をむかえてくださいね！



ふゆやす まえ ようす ～冬休み前の様子～



まるごと秋田を食べよう給食(11/27)
秋田のおいしい枝豆、なが長ねぎ、しょうつるについて放送で紹介しました。



ふゆやす まえおそうじ 冬休み前大掃除

(12/16～20)

今年もお世話になった学校に感謝の気持ちをこめて、丁寧に掃除を行いました。



がっこうほけんいいんかい かいさい ～学校保健委員会を開催しました～

12月10日(火)に学校保健委員会を行いました。学校保健活動等の報告、定期健康診断の結果や本校児童の健康状態についての協議を行いました。また、学校医(内科)の米山法子先生から子どものメンタルヘルスについて講話をしていただきました。子どもの心の問題は体の症状として現れやすいこと、心の不調に対しては、じっくり話を聞いて理解してあげることなどとても分かりやすく教えていただきました。



<保護者の皆様へ>

学校保健委員会が無事に終了しました。お忙しい中、ご出席していただいた委員の皆様には厚くお礼を申し上げます。これからも、皆様との連携を図りながら、心身ともに健康な子どもたちの成長に向けて支援していきたいと思っております。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

また、下の「冬休み健康調査」は、冬休み中のお子様の健康状態を把握するためのものです。必要事項を記入しましたら、冬休み明けに担任の先生に提出するようお願いします。冬休み中、元気に過ごした場合や、特別な連絡事項のない場合は提出の必要はありません。

【冬休み健康調査】

きりとり

年 名前

傷病	期間	傷病状況(治療状況など)
例：捻挫	12/26～12/28	・友達の家遊びに行く途中に、滑って転倒。左足首をひねり、〇〇病院を受診。捻挫と診断され通院治療し完治する。
風邪	1/9～	・熱、下痢が続き△△病院を受診。風邪と診断され現在も薬を飲んでいる。

