

こころ からだ けんこう がっ 心と体の健康だより 3月

令和3年3月11日 川崎市立土橋小学校

春の訪れを伝えるかのように、土橋小学校では梅の花やジンチョウゲなど様々な春の花が咲き始めています。6年生は残り6日で卒業、1～5年生はあと10日で春休みとなります。最後まで気を緩めず、元気に過ごしましょう。

春休みの間に

自分のメンテナンスをしましょう！

もうすぐ春休みに入ります。緊急事態宣言が解除されるか継続されるかによってもまた変わってくると思いますが、今年の春休みも昨年と同様、家で過ごす人が多いのではないのでしょうか。この機会に自分のメンテナンスをすることで体と心を整えて、新しい学年を気持ちよくスタートできるようにしましょう。

1 医療機関への受診・治療を済ませておきましょう

進級、進学するとすぐに健康診断があります。気になることがある人は受診しましょう。

むし歯も今のうちに治療できると良いですね。

2 新しい学年で使う持ち物の準備をしましょう

足りない物や買い替えが必要な物はありませんか。

体育着や靴が小さくなっていないかも確認をしてください。

3 身のまわりの整理整頓をしましょう

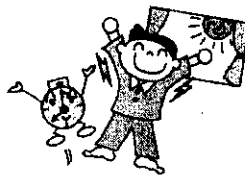
机や部屋を片付けて、いらぬ物は思い切って処分！

すっきりした気持ちで新学期が迎えられますよ。

4 リフレッシュできる時間をつくりましょう

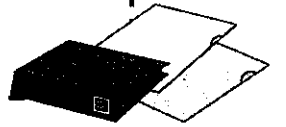
好きなことをしたり休んだりして心の充電を。

1年間がんばった自分をほめてあげてくださいね。



「健康の記録」と「学校生活管理指導表」の

提出をお願いします



健康の記録について

健康の記録をお戻ししますので、今年度の健康診断の結果をご確認ください。また、裏表紙の「1年を通して」の自分の学年のところに、1年間の自分の生活を振り返って○△×を記入してください。振り返りは学校で行う予定ですが、未記入のところがあ場合は記入をお願いします。

「おうちの方から」の欄には、健康についてお子さんの励みになるようなコメントを一言でも書いていただけるとありがたいです。お手数ですが、ご協力お願い致します。

配付は3月15日(月)を予定しています。振り返りとおうちの方からのコメントを記入の上、3月19日(金)までに学校へ返却をお願いします。6年生は返却せず、自宅で保管してください。

学校生活管理指導表について

毎年、食物アレルギー、心疾患、腎疾患、糖尿病、その他の疾病により学校生活で配慮を要するお子さんへ学校生活管理指導表の提出をお願いします。

対象のお子さんに保健室から書類をお渡ししますので、次回の医療機関受診の際に、主治医の先生に記入をしてもらい、新学期に提出してください。

また前回の提出以降、病状が安定し、主治医から「学校で特別に配慮の必要がない」と言われている方は担任または養護教諭にお知らせください。

卒業式まであと「6日」

6年生はあと少しで小学校生活の終わりを迎えようとしています。振り返ってみてどのようなことが思い出されますか？運動会、遠足、自然教室、給食、授業、クラブ活動、委員会活動...色々ありましたね。この6年間でみなさんはきっと、心も体も大きく成長したと思います。小学校で学んだたくさんの方のことをこれからの人生に生かしてください。

あと「6日」、残り少ない時間を大切に過ごしましょう。

