



ほけんだより11月



令和7年11月4日
穂高南小学校 保健室
家庭数 配付

お子様と一緒に読んで
ください

あき ふか 秋が深まり、あさばん さむ 朝晩の寒さに加え、くわ にちゅう 日中もはださむ 肌寒くかん ひ おお 感じる日が多くなってきました。さむ 寒いときはうわぎ 上着をまい は お 一枚羽織るなどし、ぼうかんたいさく 防寒対策をしっかりと おこな 行いましょう。

あき けんこうしんだん ～秋も健康診断があります～



せんげつ 先月、4・5・6年生のねんせい し 歯科健診 しゅうりょう 終了しました。

11月はがく 歯科健診 (1・2・3年生) とにょうけんさ 尿検査 (ぜんがくねん 全学年) がありますので、かくにん ご確認ください。

かくけんしん 各健診の結果は、けっか すべての検査がけんさ お 終わり次第、しだい 健康の記録 (けんこう 1年生) ・ (けんこう 健康ファイル (2～6年生)) でお知らせします。

にちじ 日時	けんさ 検査	がくねん 学年
11月6日(木)・7日(金)	にょうけんさ 尿検査1次	ぜんがくねん 全学年
11月18日(火)	にょうけんさ 尿検査2次	じけんさ 1次検査の結果、けっか ひつよう ひと 必要な人
11月13日(木) 9:00～	し 歯科健診	1・2・3年生



～保護者の方へ～

先日、学校保健委員会の案内を配付しました。現在(10月21日時点)、約50名の保護者の方から参加の希望をいただいております。

当日は、信州大学の横嶋先生から「オレのやる気スイッチを押してくれ!」というテーマでご講演いただきます。昨年度も横嶋先生のご講演を聞き、「子どもとの関わり方を改めて考え直す良い機会になった」「子育てをする上でのヒントをもらえた」など多くのご好評をいただきました。

保健室からも、今年度の健康診断の結果や、保健室の来室状況をお話しさせていただく予定です。

どちらも、より多くの保護者の方に聞いていただきたい内容です。

参加申込書のメ切は10月20日(月)でしたが、まだ参加は募集中です。

参加を希望される場合は、右の申込み用QRコードまたは参加申込書にてお申し込みいただくか、担任まで連絡をお願いいたします。



申込み用QRコード



あっ！あぶない！！

ある ろうかは歩きましょう！

ろうかを^{ある}歩いていると、もうスピードで^{はし}走っている人を多く見かけます。

あまりのスピードに、「^{ある}歩きましょう！」と^{こえ}声をかけた^{とき}時にはすでに^{とお}遠くに^い行ってしまっていた…
なんてことも。^{はし}走ることに^{むちゅう}夢中で、^{ちゅうい}注意をしてもそのまま^{はし}走っている人^{ひと}や、中には^{なか}ろうか^{おに}で鬼ごっこ
をしている人もいます。^{ひと}大けがや^{おお}事故^{しこ}につながる、とても^{きけん}危険なことです。

^{あらた}改めて自分自身の^{じぶん}行動^{こうどう}をふりかえり、^{あんぜん}安全な^{がっこう}学校生活^{せいかつ}を送れるようにしましょう。

^{じぶん}自分が^{はし}ろうかを走っていたことで、^{だれ}誰かに^{けが}けがをさせてしまったらどうでしょう
か。



^{だれ}誰かが^{はし}ろうかを走っていたことで、^{じぶん}自分が^{けが}けがをしてしまったらどう
ですか。



て あら 手洗いフイズ

Q1 手洗いを^てするタイミングは、^{つぎ}次の①～③のうち、
どれかな？（答えは一つとは限りません）

- ① ^{しょくじ}食事やおやつ^{まえ}の前や^{あと}後
- ② ^いトイレ^{あと}に行った後
- ③ ^{おく}屋外^がから^{おく}屋内^{ない}に入るとき



A1 **全部** ①～③の^て手洗いを^しするか知っていると、^て手洗
いの^{しゅうかん}習慣^しが自然^{ぜん}に身^みにつきます。

Q2 手を洗った^て後は、^{あと}どうする^{ただ}のが正しい？

- ① ^{しぜん}自然に^て手を^てかわかす
- ② ^{せいじつ}清潔な^{けつ}ハンカチや^たタオルで^{ふく}ふく
- ③ ^{ふく}服で^{ふく}ふく



A2 ② 清潔な^{せいじつ}ハンカチや^たタオルで^て手を^{ふく}ふくまで
が「^て手洗い」です。

ハンカチわすれ、おいです！もってこようね。