

ほけんだより

令和7年 11月号
下作延小学校 保健室



朝晩は肌寒さを感じる季節になりました。この時期は、子どもたちが自分の体調や気候に合わせて、衣服の調整をしやすい服装がおすすめです。お子さんと相談して、前開きの羽織るものを用意したり、肌着を着用したりすることで、体を冷やさない工夫をお願いします。

朝の健康観察をお願いします！

下作延小学校では、発熱や咳などの風邪症状の欠席者が少しずつ増えてきました。また、風邪で咳が長引いている子や朝から頭が痛いと訴えて保健室にくる子もいます。お子さんが登校してからも元気に過ごせるよう、朝の健康観察をお願いいたします。

家を出る前にチェック！ 朝の健康観察のポイントは「元気」と「食欲」

- 熱がある
- 鼻水やせきが出る
- 発疹がある
- 頭痛や腹痛がある
- 食欲がない



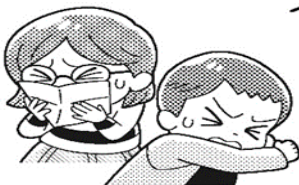
- 朝起きた時のお子さんの様子はどんな様子ですか？
(顔色、目、表情、動作など)
- 朝ご飯を食べている様子はどうですか？
(学校で具合が悪くなる子の中には、朝いつもより食欲がなかったという子もいます)

お子さんの「いつもの様子」をよく知っているおうちの方だからこそ、お子さんの様子の変化に気づくことができます。朝は何かと忙しい時間ですが、視線をちょっとお子さんに向けてみてください。朝からお子さんの体調がすぐれない時には、無理しないで様子を見てから登校するようお願いいたします。

せきエチケットを 心がけよう

感染症にかかっているときは、周りの人にうつさないために、せきエチケットを心がけましょう。

マスクをつける



ティッシュや
服のそでで
口をおさえる

拡大学校保健委員会のついでのお知らせ

日時：令和7年12月9日（火）

2時間目：5年生 / 3時間目：6年生

場所：4階 多目的室

テーマ：「おなか元気教室」

講師：神奈川県東部ヤクルト株式会社 山本敦子 様

該当学年の保護者の方は、授業を参観することができます。参加をご希望の方は、連絡帳にて担任までお知らせください。