☆お子さまと一緒にお読みください☆　　令和３年１月号　柿岡小保健室

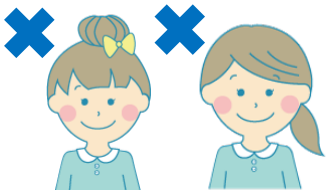
あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願いいたします。

どんな冬休みでしたか？おいしいものをたくさん食べたり，ゆっくり好きなことができたり，楽しい冬休みになったと思います。冬休み中に生活リズムがくずれてしまった人も，今日から少しずつ戻していきましょう。

## ✿ 身体測定を行います ✿

① 体操服
（半そで・半ズボン）の準備をお願いします。

② 髪型
髪が長い児童は，低い位置で結んでください。



＜日にち＞

| | |
|---|---|
| １月８日（金） | １年生 |
| １月１２日（火） | ２年生 |
| １月１３日（水） | ３年生 |
| １月１４日（木） | ４年生 |
| １月１５日（金） | ５年生 |
| １月１８日（月） | ６年生 |

## 欠席連絡について

お子さまが**体調不良により欠席する場合は，**頭痛や下痢，体温など**具体的な症状を詳しく**お知らせくださるようお願いいたします。**８時 15 分の健康観察（出席確認）の時間**に間に合うようにお電話または連絡帳等でご連絡ください。

また，医療機関を受診し，感染症（インフルエンザ，感染性胃腸炎，マイコプラズマ等）と診断された場合は必ず学校までご連絡ください。

**うるおいを♪**
部屋には加湿器を使用し，からだには保湿クリームをぬったり，水分をとったりすることが大切です。