

ほけんだより 夏休み号

令和5年7月20日
 関川小学校
 夏休み号
 保健室

いよいよ明日から夏休みがはじまります。夏休みが終わったとき、また、みなさんと元気に会えるように、事故やけが、病気にじゅうぶん気をつけて過ごしてください。

<8月の保健安全目標>

- 【保健】○規則正しい生活をしよう
- 【安全】○夏休みを安全にすごそう



<8月の宿題>

8月25日(金)~31日(木)
 生活リズムチェックカード



げんき す 元気にお過ごしして たの 楽しい夏休みにしよう!

夏休みには、いろいろなチャンスがあります。宿題をして、勉強のおさらいをするチャンス。たくさん体を動かすチャンス。本を読んで新しいことを知るチャンス。そして、体の調子を整えるチャンスです。長い休みの間も生活リズムを整えて、楽しい夏休みにしてください。



ねつちゆうしやうよ ぼう
 熱中症予防
 も忘れずに
 しましょう。

薬物乱用防止教室

7月12日(木)5・6年生対象に茨城県警察本部生活安全部少年課少年サポートセンターの方を講師に招き、「薬物乱用防止教室」を開催しました。

真剣な表情で講話を聞き、その後、展示用のパネルや標本を各々じっくり見入っていました。今回の講話をとおして、より知識を深め、薬物の怖さや危険性を理解することができました。



5・6年生の感想を一部紹介します。



- さそわれた時の断り方を知ることができて、よかったです。
- 記憶がなくなったり、依存症になるのは怖いと思いました。
- 大麻や覚醒剤など、元々危ない物だと思っていましたが、いろいろな病気や幻覚などを引き起こすことを知って、さらに怖いと思いました。

<保護者のみなさまへ>

★夏休みの生活リズムチェックカードについて★

夏休みの最後の1週間(8月25日~8月31日)で、生活リズムチェックカードを実施します。夏休み最後の週に実施することで、子どもたち自身が生活習慣を見直し、学校へ登校していた時と同じ生活リズムを取りもどすことを目的として行います。

つきましては、配付された生活リズムチェックカードをご覧ください。記入の仕方をお子さまと一緒にご確認ください。(学年によって様式が異なります。)メディアの使用時間につきましては、ご家庭でお子さまと時間を決め、守れるよう声かけをお願いいたします。また、夏休み中のお子さまの様子から、頑張りなど気付いたことを「お家の方からひとこと」欄にぜひご記入ください。提出日は、9月1日金曜日です。ご理解、ご協力の程、よろしくお願いいたします。



★定期健康診断の事後措置について

治療勧告を発行したお子さまのうち、まだ学校に受診報告書が戻ってきていないご家庭には、個人面談の際に再度受診報告書を配付いたします。受け取られましたら、受診をご検討いただき、報告書の提出をお願いいたします。お子さまの健康のために、早めの受診をお願いいたします。

