

ほげさんだより



堺市立東浅香山小学校

No. 6

令和8年9月1日

保健室

まいにち

毎日よくがんばっています！

2学期が始まり1週間がたちました。8月は、学校生活に慣れるのに体も心もがんばった毎日でしたね。がんばった分、9月は、つかれが出てくるかもしれません。まだまだ暑い日が続きます。水分をしっかりとって、「早寝早起き」「朝ごはん」を合言葉に元気にすごせるよう応援しています！

＜9月の保健目標＞
正しい生活リズムで
すごそう



はやね はやおき 朝ごはん

早く寝て体を休める！



早起きで頭がすっきり！



☆ 抜け出せ！
夏休みモード

元気に
勉強や運動！



朝ごはん
で
パワーチャージ！



最近、どんな調子ですか？

～ 今の調子を 自分自身に 聞いてみて、選んでみてね～

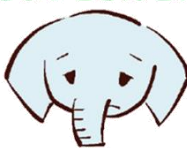
からだ

とてもつらい



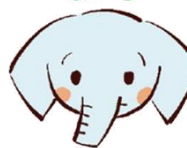
1

ちょっとしんどい



2

ふつう



3

まあまあ元気



4

とても元気



5

こころ

かなしい



1

モヤモヤ



2

ふつう



3

たのしい



4

とてもしあわせ



5



< **せいけつしらべ** を始めます! >

9月10日から スタート

毎週 木 曜日

<しらべ こうもく>



①

せんたく
洗濯した
ハンカチ は
も
持ってる?

②

ティッシュ は
も
持ってる?

③

つめ は
みじか
短いかな?

< **保護者の皆さまへ** >

夏休み期間は、「生活リズムカレンダー」にご協力いただきありがとうございました。また、夏休み中や2学期になり、心身の健康面で何か気になることがありましたら、ささいなことでも教えていただけると幸いです。2学期もよろしくお願いいたします。

9月から保健委員会が中心となり、「せいけつしらべ」が始まります。学校にハンカチ、ティッシュを持ってくるか、爪の長さは短いかなを学級で確認しますので、ご家庭でもお子さまにお声かけいただけると助かります。また、爪を自分で切ることが難しいお子さまは、保護者の方のお手伝いをいただけると助かります。

9月の予定

心臓検診1次(心電図検査)のお知らせ

<日にち> 9月10日(木) 13:30~

<場 所> 保健室

<対象者>

- ① 1年生全員
- ② 2年生以上の堺市外からの転入生
- ③ 2年生以上で健康診断の結果、検診を受けた方が良いと思われる児童
- ④ 2年生以上で昨年度の検診でE以上の管理区分の児童

※対象者へは、事前にお知らせ・調査票を配付しました。(8/26付)

