



堺市立東浅香山小学校

保健室

No.8

令和8年10月30日

寒さを感じる時期になってきました！

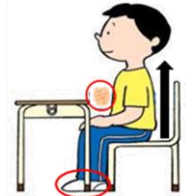
本校では、10月後半に入り、インフルエンザの流行はなかったのですが、発熱やカゼ症状（咳・のどが痛い・鼻水）の人が多かったです。

2学期は、行事もたくさんあるため、そろそろ疲れが出てくる頃かもしれません。さらに、気温が下がったり、空気が乾燥したり、カゼをひきやすくなる時期でもあります。

こんな時こそ、休み時間には元気に体を動かし、早寝早起きを心がけて、しっかりと睡眠をとることが大切です。

<11月の保健目標>

正しい姿勢を
こころがけよう



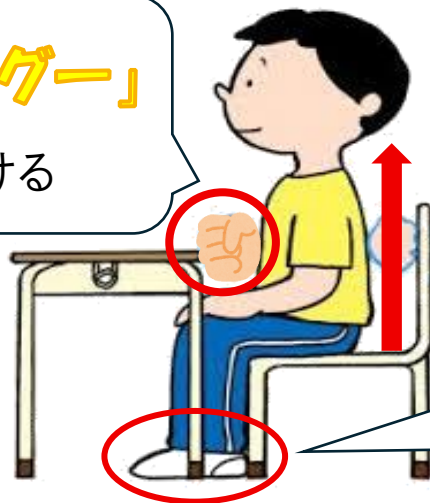
正しい姿勢 できていますか？

あいことば
合言葉は…グーペタピン！

おなかと机の間に「グー」
ひとつぶん あける

背すじを「ピン」と
のばす

足のうらを ゆかに
「ペタ」っとつける



○×クイズ

姿勢が悪いとどうなる？

姿勢が悪いと
体にも悪い影響があります

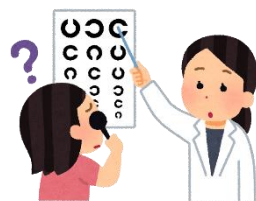
第1問

背骨がまがる？



第2問

視力が
ひくくなる？



第3問

おなか
がいたくなる？



第4問

ぼーっと
してしまう？



こたえは…ぜんぶ○

理由は、保健室前の掲示を見に来てね♪

アニマルクイズ

どうぶつ さいしょ もじ
動物たちの最初の文字を

ことば
つなげると、ある言葉になるよ。



☐ ナガザル



☐ ルパカ



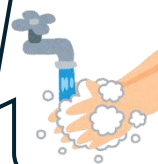
☐ イオン



☐ ンコ

しっかり ☐☐☐☐ して、カゼをひかないようにしよう！

☆
イベント
☆



☆ハンカチ・ティッシュも まいにち も 毎日 持ってきてね ☆ まいしゅうもくようび 毎週木曜日は「せいけつしらべ」

〇保護者の皆様へ

<秋の発育測定・視力検査の結果>

①発育測定

春の発育測定の結果と合わせて記載したものを測定した児童全員に配付しました。
お子さまの成長をご確認ください。



②視力検査

視力 B 以下の児童のみ「視力検査の結果及び受診報告書」（ピンクの用紙）を配付しました。
眼科受診の際には、用紙を病院で記入していただき、学校までご提出ください。



<スポーツ振興センター災害共済給付の申請について>

ご加入いただいているスポーツ振興センター災害共済給付の申請システムが、新システムへの移行にともないまして、一時停止します。申請を希望される方で、お急ぎの方は、11月10日(火)までに学校に申請書類をご提出ください。

新システムの開始は、来年1月12日(火)予定となっています。
ご相談やご不明な点等ございましたら、保健室までご連絡ください。

〇4年生の保護者の皆様へ



<「いのちの授業」のお知らせ>

本校では、毎年4年生を対象に、講師として助産師さんに来ていただき「いのちの授業」を行っています。保護者の方の参観が可能です。tetoruにて、参加希望についてのアンケートを配信しております。

- 〇日時・場所：11月20日(金) 4年各教室
2時間目：2組 3時間目：3組 4時間目：1組
〇内容：いのちの誕生について