

れいわ ねん がつ にち
令和7年7月18日

ほけんだより

なつやす
夏休み
まえごう
前号

おうめしりっだいいちしょうがっこう
青梅市立第一小学校

ようごきょうゆ
養護教諭

じどうのみなさんへ



なつやす
夏休みがはじまります

1学期、よくがんばりましたね。たのしく、あんぜんな夏休みをすごして、2学期にまた会えることを、たのしみにしています。2学期は運動会の練習が始まります。元気な心と体で2学期をむかえ、運動会の練習を力いっぱいがんばるために、夏休み中は次のことに気をつけましょう。



せいかつ
生活リズム(すいみん・ごはん・うんどう)をととのえよう

まいにち じかん
毎日きまった時間にねる
まいにち じかん おき
毎日きまった時間に起きる



あさひるよる いちにちさんかい
朝昼夜、一日三回
ごはんをしっかり食べる



ねっちゅうしょうに
きをつけて うんどうする



みず
たくさん水をのもう

のどが かわくまえ
のどが かわく前



あさ 朝おきたとき / よる 夜ねるまえ
朝おきたとき / 夜ねる前



おふろに入った あと
お風呂に入った あと



ほけんしつ なんにん き
保健室って何人くらい来ているの?

1学期、保健室に来た子は700人以上です!裏面には、1日に何人が保健室に来ているのか、4月~6月に保健室に来た人数や、多かったけが・病気の表をのせています。ぜひ見てくださいね。

保護者のみなさまへ



新年度の新しい環境、感染症の流行、猛烈な暑さなど、子供たちの心身を取り巻く環境は厳しいものでしたが、保護者のみなさまの温かい見守りに支えられ、子供たちは無事に1学期を終えることができました。学校保健活動にもご協力いただき、ありがとうございました。

夏休み中に受診をお願いいたします

視力検査・眼科検診・歯科検診・耳鼻科検診・内科検診については、受診の必要がある児童に『検診結果のお知らせ』を、お渡ししております。『検診結果のお知らせ』を受け取った方で、まだ受診・提出をされていない方、治療が途中になっている方は、ぜひ夏休み中に受診していただきますよう、お願いいたします。

2学期の身体測定について

始業式の翌日から、クラスごとに身体測定を実施いたします。身長と体重の測定のみで、視力や聴力の検査は、2学期は実施いたしません。スケジュールは以下をご参照ください。

身体測定当日は、体育着の準備および髪型の工夫（頭の上や後ろで結ばない）を、よろしくお願いいたします。「健康の記録」は翌週に返却いたしますので、お子様の成長をご確認のうえ、押印またはご署名をお願いいたします。

	9/2(火)	9/3(水)	9/4(木)	9/5(金)
1	ぴあじえ			
2	2年1組 2年2組	1年1組		4年1組 4年2組
3	6年2組	1年2組		
4	6年1組	3年1組 3年2組	5年1組 5年2組	



1学期の保健室利用状況

	4月	5月	6月
総来室者数	201人	270人	311人
1日平均来室者数	11人	14人	15人
最多来室者数	19人(4月17日)	25人(5月9日)	30人(6月26日)
来室理由 (けが)	1位:すり傷(43) 2位:打撲(39) 3位:いたみ(12)	1位:打撲(52) 2位:すり傷(46) 3位:いたみ(28)	1位:打撲(55) 2位:すり傷(45) 3位:虫さされ(13)
来室理由 (病気)	1位:頭痛(22) 2位:気持ち悪い(11) 3位:腹痛(10)	1位:頭痛(31) 2位:腹痛(22) 3位:気持ち悪い(13)	1位:頭痛(48) 2位:腹痛(38) 3位:気持ち悪い(10)

