

# けんこう



小沢小学校  
平成29年4月18日  
No. 2

4月後半になりました。新しい学年での生活には慣れましたか？

暖かい日が増えてきましたが、雨の日や風の強い日は寒く感じることもあります。調節のできる衣服を着用するなど、気温の変化に対応できるようにしましょう。

## ～保健室からのお願い～

① **けがをしたときは、傷口を水で洗いましょう！**

→ 汚れが残っていると、傷が治りにくくなります。

保健室に来る前に、まずは自分でできるだけきれいに洗いましょう。

② **いつ、どこで、どうしたのかを先生に伝えましょう！**

③ **保健室では、『その日起きたけが』に対応します。**

→ 翌日以降の絆創膏や湿布の貼り替えは、基本的にはしません。おうちで張り替えてくるようにしましょう。



## 元気のひけつは、規則正しい生活リズム



☑ 早ね早おき、じゅうぶんな睡眠



☑ 3度の食事をしっかり食べる



☑ 毎朝きまった時間にうんち



☑ 外で元気にからだを動かす

### 《保護者の皆様へ》

健康診断関係の提出物のご協力、いつもありがとうございます。

学校で行った健康診断の結果、異常の疑いがある場合にはお知らせを渡しています。健康で充実した学校生活を送るためにも、早めの受診をお願いします。すでに受診中の場合や、受診の結果、「異常なし」と診断される場合もあるかと思いますが、ご理解よろしくお願いたします。

