

令和5年1月10日(火)
 足立区立本木小学校
 校長 藤田 暁美
 養護教諭 星野 恵美

新しい1年の始まりです。
 今年もよろしくお願いたします。



ほけんもくひょう
1月の保健目標
 せいかつ ととの
生活リズムを整えよう

1月の保健行事

計測	11日(水)	1年生 4年1組 杉の子学級	身長と体重を測定します。 【当日の注意】	
	12日(木)	2年生 3年生 4年2組	・体育着を忘れずに持参します。 ・髪を結んでいる人は、ゴムやヘアピンが頭頂部に こないようにします。	
	13日(金)	5年生 6年生	※時間割の都合等で、実施日は変更する場合があります。	
	23日(月)	6年生	薬物乱用防止教室 (学校薬剤師 浅見先生によるお話)	

保護者の方へ **学校保健委員会のお知らせ**

12月にご案内させていただきましたが、お席に余裕があるため、再度ご案内させていただきます。

- 日時 令和5年1月19日(木) 14:15~15:00
- 場所 本校 ランチルーム
- 内容 子どもの眼とICT機器~小児の近視化~
- 講師 おおむた眼科 櫻井絢子先生(学校眼科医)



参加希望フォーム

参加希望される方は、お手数ですが右のQRコードより、申し込みをお願いいたします。

新型コロナウイルス感染症等に関わる連絡についてお願い



状況を正確に把握し対応するために、以下についてお知らせください。

○症状、発症の時期、医療機関受診の有無、医療機関受診の場合は診断の結果と指示、出席停止期間など。

○インフルエンザの場合は型が何か(A型・B型)。

○お子さんが濃厚接触者になった場合に、抗原検査の実施を検討されている方は、事前に学校までお知らせください。(使用する抗原キットのメーカーや、陰性結果の保存についてお知らせいたします。)

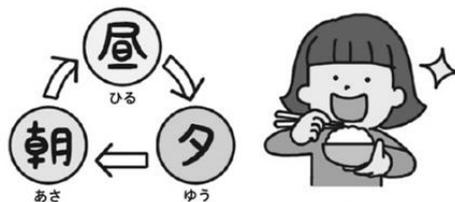
ふゆ やす せい かつ 冬休みの生活

ぶりかえり チェックシート

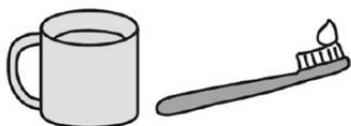
はや はや お 早ね早起きができた



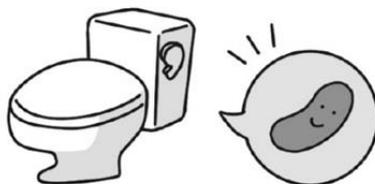
あさ ひる ゆう さんしょく 朝・昼・夕の三食を
きちんと食べた



た かなら 食べたあとに必ず
は 歯みがきをした



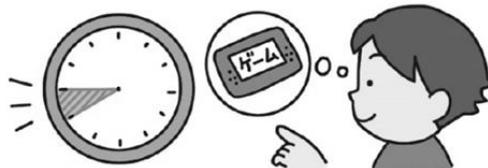
まい にち ほぼ毎日うんちが出た



うん どう て つだ 運動やお手伝いなどで
からだを動かした



ゲームやスマホは
時間を決めて使った



そと かえ かなら 外から帰ったとき、必ず
て であら 手洗い・うがいをした



さけ お酒・タバコのさそいは
ハッキリことわった



コロナ？ インフル？ ただのカゼ？

味覚異常

嗅覚異常

咳

息切れ

急な高熱

筋肉痛・関節痛

鼻水

発熱

のどの痛み

とくちょうてき しょうじょう み わ びづか ひと せつしよく さ いし しんだん う 特徴的な症状であっても、見分けることは難しいです。人との接触を避け、医師の診断を受けましょう。