



令和3年11月10日
調布市立柏野小学校
校長 浅野 正臣
保健室

11月は、姿勢（1日）、歯（8日）、空気（9日）、皮膚（12日）・・・と、健康

に関する記念日がたくさんあります。でも、お祝いする日ではなく、みなさんに正

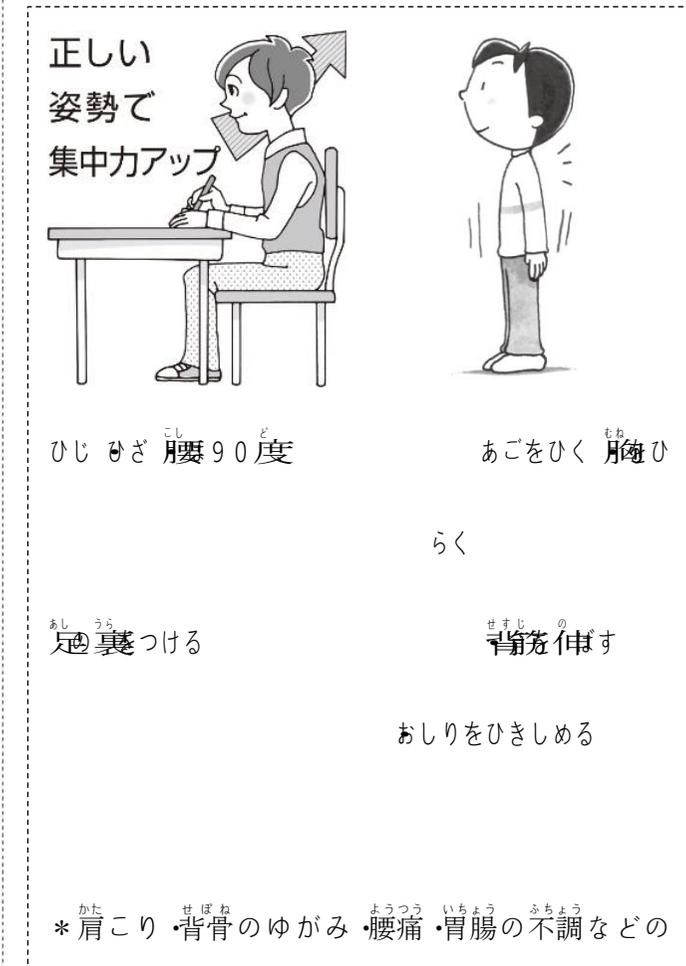
しく知ってほしいという願いがこめられています。体のことで疑問がある人は、

保健室に聞きに来てくださいね。



季節の変わり目は朝晩の寒さ・空気の乾燥などで体調を崩しやすいです。のども痛

めやすいです。「こまめな水分補給」、大事です。忘れないようにしましょう。



☆お知らせ：空気の換気による寒さ対策に、予備の薄手の上着を工夫して使用しましょう。また、天気の良い日は「骨の成長」のためにも外で過ごしましょう。今回、裏面あります。