

ほけんだより

7月の保健目標

- ・身のまわりの清潔に気を付けよう。
- ・夏を元気に過ごそう。

今週末からは子どもたちにとって、待ちに待った夏休みです。たくさんの思い出を作って、素敵なお休みにしてください。ただし、生活リズムは崩さないように。2学期の学校生活も視野に入れて、規則正しい生活送るようにしましょう。



共有体験の積み重ね

自尊感情（自分を大切に思う気持ち）を高めるために、ふだんどのようなことをされているでしょうか。

子どもたちを褒めたり、認めたり、成功体験を積み重ねられるように様々な支援をいただいていると思いますが、実は、「共有体験」を積み重ねることも大切だと言われています。

例えば、『子供が夢中になっているスポーツと一緒に観戦する』『子供が読んでいる本と一緒に読む』といったことや子どもと一緒に笑ったり、泣いたり、悔しい思いを共有することも、自尊感情を高めることにつながるそうです。

週末から夏休みです。子どもたちと違って大人は忙しいこともあるかと思いますが、ぜひ、親子での共有体験を増やし、自尊感情を高められるようにしてみてください。



早めの受診をお願いします

春の健康診断で、未検査のあるお子さんには、改めて、未受診の用紙を配りました。夏休みを使って早めの受診をお願いします。受診の際は、医療機関への連絡を忘れずにしてください。また、すでに受診済みで行き違いとなっていた場合は申し訳ありません。

学校で行う健康診断の結果は中学校・高等学校にまで引き継がれるものになります。お子さんの健康状態を継続的に見ていくものとなりますので、受診漏れのないようご協力をお願いします。



夏休みも感染症にご注意を

7月6日に学校保健総会があり、調布市医師会の方のお話を聞く機会がありました。調布市では現在、インフルエンザ、新型コロナウイルス、ヘルパンギーナなど様々な感染症で小児科がひっ迫しているとのことでした。上ノ原小でも新型コロナウイルスによる欠席連絡を少なからず受けています。

夏休みとなりますが、様々な感染症に気を付けてお過ごしください。特にマスクを外せる状況になってから、咳エチケットが疎かになっている様子が見られます。咳エチケットはマナーの一つです。マナーを守って感染症にかからないようにしましょう。

じどう 児童のみなさんへ

ま 待ちに待った夏休みです! 保健室からは、みんなにこんな夏休みにしてほしいな…、というメッセージをクイズでお
とど 届けします。「宿題」などのやるべきことはやりつつ、たくさんあそ ともだち かぞく すてき おも で つく
遊んで友達や家族との素敵な思い出を作りましょう。



あ ことば じゅんばん 保健室からみなさんへのメッセージです

なつやす
夏休みにしてくださいね

①夏の甘いものといったらこれ
ですよね! お祭りでも何味にしよ
うか迷ってしまいますね。



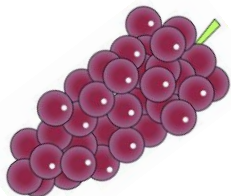
②日本の国技です。7月は
「名古屋場所」というそうです。



③目隠しをして、みんなの声を頼
りに、棒を振り下ろします。



④夏においしいブドウの一つで
す。



⑤夏の午後から夕方頃に発生す
ることが多いです。



⑥様々な音色が夏を感じさせて
くれます。



⑦冬はだんぼう、夏は〇〇〇〇を
上手に使って、体調管理をしてい
きたいですね



⑧夏の楽しみの一つ。1学期は
入れることが多かったですね。



せいがい しょういんしつよこ けいじばん
正解は職員室横の掲示板にあります。