



令和3年12月6日
志木市立宗岡小学校
校長 石田 賢一
養護教諭 松本美菜

2021年も残り1ヶ月ですね。みなさんにとって、この1年はどんな年でしたか？ コロナウイルスに気を付けながら運動会や校外学習などいろいろな学校行事を行いました。心に残る思い出はありましたでしょうか。松本先生は、宗岡小学校のみんなと毎日過ごすことができとても幸せな1年でした。この機会に、自分の生活や健康を振り返って、元気な心と体で新しい年を迎えましょう。

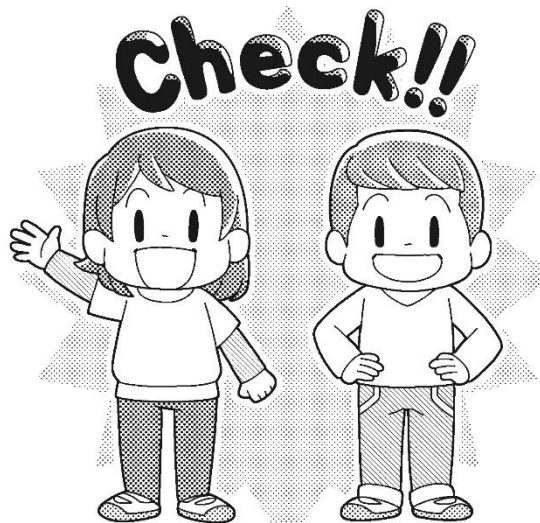
冬に起こりやすいトラブル・けが



今日の調子はどうかな？

次のこう目について、毎朝チェックしましょう。

- ◎ぐっすりねむれたか。
- ◎すっきりと目が覚めたか。
- ◎朝ご飯を食べたか。
- ◎うんちが出たか。
- ◎熱っぽくはないか。
- ◎痛いところはないか。
- ◎はれているところはないか。
- ◎体で動かすにくいところはないか。
- ◎気持ちは悪くないか。
- ◎なやんでいることはないか。



*気になることがあったら、おうちの人や先生に相談しましょう。

1 3学期の健康診断予定

健康診断項目	学年	月/日(曜日)	目的	注意事項
発育測定	た・3・5年	1/12(水)	自分の成長状態を知る。肥満や低身長の子どもの早期発見に役立つ。	体育着を持ってきましょう。髪を結ぶ人は、頭上に結び目がこないようにしましょう。
	4・6年	1/18(火)		
	1・2年	1/20(木)		

正しい手洗いの仕方を確認しよう♪

宗岡小学校では、児童保健委員会で作成した「てあらいのうた」を給食の時間に毎日放送しています。コロナウイルスの予防には、石けんと流水による正しい手洗いがとても大切です！お家の方と一緒に手洗いのポイントを振り返ってみましょう。30秒かけて洗えるとGood♪



手洗いしよう きれいにしよう

お水でぬらして 石けんつけよう 手のひら 手の甲 指の間



指先 爪に 親指 手首 お水であわを ながしたら
「はい！きれいなハンカチ〜♪」 キラッ キラッ キラッ みんなで洗って きれいな手

保護者の方へ

1月13日(木)に、1・3・5・6年、たんぽぽの児童を対象に 歯科衛生士さんによるはみがき教室を行います。感染予防のため、学校でのブラッシング指導は行わず 冬休み中に各家庭でブラークチェック(歯垢の染め出し)をして頂く予定です。詳細については冬休み前のほけんだよりでお知らせいたしますので、ご協力お願い致します。(新型コロナウイルス感染症の感染状況によって、予定が変更される可能性がございますのでご了承ください。)

また、ヘアドネーション(髪の毛の寄付)について取り上げたほけんだより11月号を見て、「先生の話聞いて、私も寄付したいと思いました!」「私も実は前に寄付したことがあります!(この前寄付しました!)」という子供達・保護者の方からの反響がたくさんありました。支援の輪が広がっていくのを感じられて、心から嬉しく思います。本当にありがとうございます。😊