

関岡小学校ほけんだより

いのち

☆いきいき のびのび ちからいっぱい☆
平成25年6月17日
文責 穴沢 友美



ドキドキ・わくわく・宿泊学習!!

宿泊学習事前健康調査への記入ありがとうございました。職員間で共通理解を図り、子どもたちが楽しく充実した、思い出に残る宿泊学習となるよう支援していきたいと思ひます。間近に迫った宿泊学習ですが、お聞きになりたいこと、不安なことなどがありましたら、何なりとご連絡いただければと思ひます。町内で胃腸炎が若干名みられるようです。宿泊学習まで風邪をひいたり体調を崩したりすることのないよう、おうちでも手洗い・うがいをきちんと行うようお声がけいただきたく思ひます。



また、**学年が上がるにつれて就寝時間が遅くなっている傾向が見られます。**いわきまでは約2時間バスに乗って移動します。途中くねくねした山道を通ります。**睡眠不足ですと、乗物酔いをしやすくなることもありますので、宿泊学習前日の夜は遅くても21時には布団に入るようお子さんへの声かけをお願いいたします。**

おなかいっぱい!!

6日(木)に学校給食センター栄養士石黒広美先生をお迎えし、バイキング給食を実施いたしました。会食の前には石黒先生から三大栄養素の働き(赤:血や肉、骨や歯をつくるもとになる、緑:体の調子を整え、丈夫な体をつくる、黄色:体温を保ち、体を動かす力のもとになる)や、食事のマナー(茶わんの持ち方、お箸の持ち方、ごはん粒を残さず食べる、感謝の心を持って食べる)についてのお話をいただきました。宿泊学習でもバイキング形式の食事になるため、その練習も兼ねての実施となりました。高学年が配膳の仕方を低学年に教えたり、手をさしのべたりする姿が見られました。



水泳学習が始まりました

今年度は例年に比べ2週間ほど早く水泳学習が始まりました。子どもたちが楽しく水泳学習に取り組むことができるよう、**朝ごはんをきちんと食べる、十分な睡眠をとる**など、体調管理に気をつけましょう。また、体調のすぐれないときには無理をしてプールに入ることのないようにしましょう。(事故の原因になることもあります。ご家庭での朝の健康観察にご協力をお願いいたします。なお、学校でも朝の健康観察、入水前の健康観察をきちんと行い、お子さんの状況を把握いたします。)

つめも短く切りましょう!!



梅雨の時期でも気持ちよく

汗をかくことが多い時期なので、週の中日でも運動着を持ち帰ることがあると思ひます。洗濯をして乾かなかった場合には、**白いTシャツ(ワンポイント可)**などでも代用可能です。

また、ハンカチを2枚にしたり、ハンドタオルなどを準備していただくと子どもたちも汗の始末がしやすいかと思ひます。よろしくお願ひいたします。



受診のお願いを配付いたしました

各種検診で専門医の診察が必要となったお子さんに、専門医受診のお願いをお渡しいたしました。**治療が済みましたら、お渡ししている用紙に医師から記入していただき、学校へ提出くださるようお願ひいたします。**特に、視力は学習への影響も考えられます。お忙しいとは思ひますが、よろしくお願ひいたします。集団検診に関しましては、専門医の診察が必要なお子さんはありませんでした。