



令和5年11月

阿曾小学校保健室

今月の健康目標 **からだ たいものし** 体によい食べ物を知ろう。

11月に入り、風が冷たくなりました。これからやってくる本格的な冬、
そしてかぜ・インフルエンザの流行シーズンにそなえて、換気と手洗いを
引き続きがんばってほしいと思います。早ね・早起き・朝ごはんで元気な体
をつくりましょう。



● スクールカウンセラーさんのおしらせ

この日は約束をしていなくてもカウンセラーさんと会うことができます。
カウンセラーさんと自分だけの時間を約束したい人は、保健室まで知らせてください。



● 保護者の方へ

今年度もインフルエンザなどの病気が流行しやすい時期になりました。学校において予防すべき感染症（インフルエンザ、水ぼうそう、おたふくかぜなど）の診断を受けた場合は、速やかに学校にご連絡ください。学校への再登校に関しては、必要な場合は「登校許可報告書」をお渡ししますので、保護者の方が記入して、登校時にご提出ください。また、児童によって症状や状態が異なるので、主治医とご相談のうえ、医師の指示に従ってください。ご家庭におかれましても次のことにご留意くださり、病気の予防にご協力いただきますようお願いいたします。

- 手洗い ○うがい ○咳エチケット（マスクの着用）
- 手を拭くハンカチ等の持参 ○適度な部屋の換気・保湿
- こまめな水分補給 **※冬場もお茶（水筒）の用意を引き続きお願いいたします。**



10月11日から10月18日までは、総社東中学校区のすべての幼稚園・小学校・中学校で取り組んだ第3回目のメ
ディアコントロール週間でした。阿曾小でのいきいきカードの様子をお知らせします。

● くつそろえにチャレンジ！！

そろえた日数の学年平均(8日間で)



1年	自分(日)	家族(日)
第1回	6	5
第2回	6	6
第3回	7	6

2年	自分(日)	家族(日)
第1回	5	5
第2回	6	5
第3回	5	4

3年	自分(日)	家族(日)
第1回	7	6
第2回	7	6
第3回	7	6

数字が「8」に近づくほど毎日できているということです。学校でも月に一回、健康委員会が全校のくつそろえの点検を
しています。学級でも声をかけ合って、くつをそろえる習慣が身につくといいですね。

4年	自分(日)	家族(日)
第1回	6	4
第2回	6	5
第3回	7	6

5年	自分(日)	家族(日)
第1回	6	4
第2回	7	5
第3回	6	4

6年	自分(日)	家族(日)
第1回	7	5
第2回	6	4
第3回	6	5

自分のくつそろえは「あたりまえ」にできるけど、家族のくつをがんばってそろえたいという児童のふりかえりがたくさんあ
ります。自分のくつをそろえるタイミングで家族のくつも確認してみましょう。1日の中でわたしたちがくつをぬいだりはいた
りする場面はたくさんあります。自分の行動はどうだったか、振り返ってよく見てみましょう。

11月22日(水)から11月29日(水)は

第4回目の「いきいきカード」です！

★カードが始まる前に★

これまでの自分の取組の様子を振り返ってみましょう。

特に、自分の「ふりかえり」と「うちのひとから」の部分に注目。

今回は、どんなことをがんばろうかな？がんばれそうかな？

