

ほけんだより



令和7年10月31日
しんざん小学校・保健室

来週は発表会です。みんなが、一生懸命練習している声が、体育館から聞こえてきます。学習発表会を、今から楽しみにしています。

朝夕すっかり寒くなり、体調をくずしている人もいます。しんざん小学校では、今週に入り「胃腸かぜ」で欠席する人が増えています。また、京丹後市内では「インフルエンザ」「新型コロナウイルス感染症」の報告がふえています。みんなが楽しみにしている学習発表会に向けて、練習も大切ですが、手洗い・うがい、しっかり睡眠、たっぷり栄養をとって、からだを元気にしましょう！！



手洗いをする

感染症を寄せつけない
5つの工夫

インフルエンザなど感染症が流行しやすい時期になりました。少しの心がけでかかりにくくできます。

人混みを避ける

うがいをする

マスクをつける

予防接種を受ける

11月の保健行事



- 11日(火) 体重測定(1・2・3・5年)
- 12日(水) 体重測定(4年)
- 13日(木) 体重測定(6年)
尿検査二次(一次検査結果の必要な児童)
- 18日(火) 歯科検診(1・3・5年)
- 20日(木) 歯科検診(2・4・6年)



いい姿勢で
すごしていますか？

