

ほけんだより 10月

令和5年10月10日
調布市立八雲台小学校
校長 上田 義孝
保健室

あきは つづ そとあそ きせつ
秋晴れが続き、外遊びをしやすい季節

たいちよう ふあんてい
なのですが、体調が不安定になりやすい

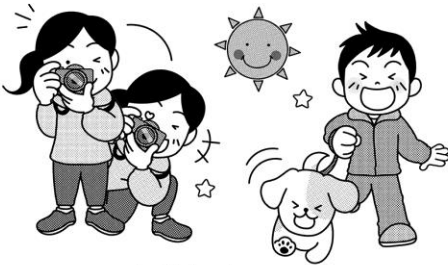
じき
時期でもあります。

かんせんしょうぼうし てあら
感染症防止のためにも「手洗い」と

はや はや きゅうよう ころ
「早め早めの休養」を心がけましょう。

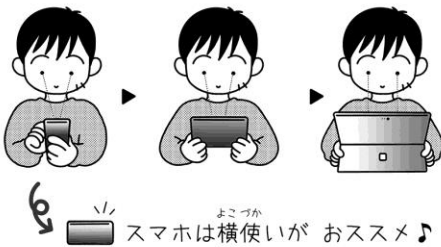


屋外活動を増やす。



いちばんのおススメ♪

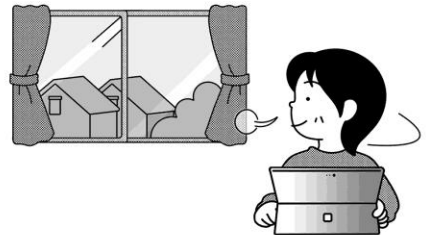
できるだけ大きな画面で。



近視が急増!?
コロナ禍で

近視予防のために、
やってほしいこと

時々、遠くをながめる。



画面から目をはなす時間を作ろう♪

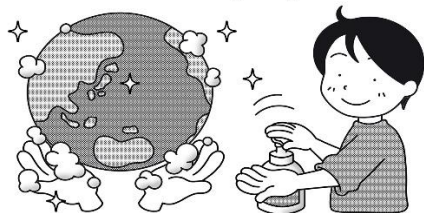
明るい部屋で。



手元だけでなく部屋全体を明るく♪

* 3年生以上に「見えるヒミツにドキドキ」というパンフレットと一緒に配ります。

10月15日 世界手洗いの日
Global Handwashing Day October 15



10月19日(木)は、

あき し かけんしん 秋の歯科検診があります

今回は、全員にむし歯あり・なしのお知らせをします。

みがきのこしがないよう、しっかりと朝の歯みがきをしてきましょう。



～みがきのこしやすいは、どこ?～



〈おうちの方へ〉

市内でインフルエンザが流行しているようです。本校でもインフルエンザや新型コロナウイルス感染症が出ています。(のどの痛み・咳・鼻水・頭痛・吐き気嘔吐・発熱など様々な症状です。)

* 受診の際は、市内や校内でインフルエンザや新型コロナウイルス感染症が出ていることを医師にお伝えください。(時期によりますので、学校に状況をお問い合わせください)

* 一日で解熱したり、発熱を繰り返したりすることがあります。朝、体調不良の時は無理のないよう、早めの休養をおすすめします。