ほけんだより

キラキラ 9月

平成 26 年 9 月 2 日
杉並区立高井戸第二小学校
保　健　室

夏休みが終わり、いよいよ２学期が始まりました。楽しい思い出はできましたか？夏休み中、生活リズムがみだれてしまった人はいませんか？９月は、運動会の練習も始まります。睡眠不足で疲れがたまっていると、けがをしやすくなります。まずは早く寝て疲れをためないようにしましょう。

★9月の保健目標★ けがを予防しよう！

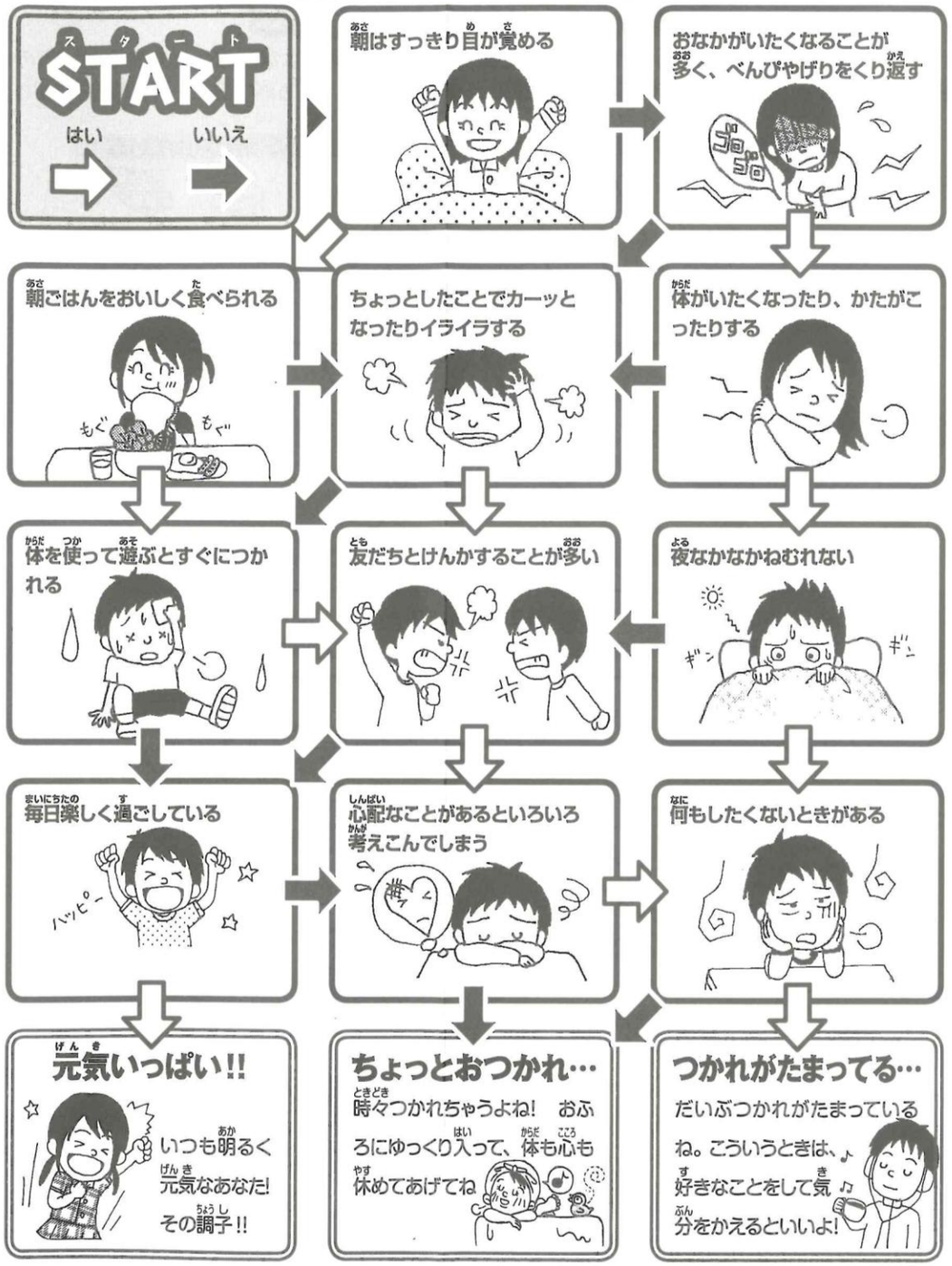
発育測定があります

※体育着を忘れないようにしましょう。
※髪の毛を頭の上で結ばないようにしましょう。
保護者の方もご理解とご協力をお願いします。

	3 日(水)	4 日(木)	5 日(金)	8 日(月)	9 日(火)	10 日(水)
1 時間目	２－２	４－１	３－２	５－３	６－２	１－４
2 時間目	２－１	３－１		５－２		１－３
3 時間目	２－４	久我山	３－３	６－１	５－１	１－２
4 時間目	２－３	４－２	４－３	６－３	１－１	

１年生は、学校便り等と予定が急遽変更となってしまいましたが、養護教諭の急用の為、ご理解の程よろしくお願い致します。

あなたの心と体元気かな？ おつかれ度チェック！



保護者の皆様へ
２学期はさっそく運動会の練習が始まります。暑さと休み明けで疲れやすい時期ですが、子供達の頑張りを見守っていきます。ご家庭でも生活リズムを整えてあげるようお願い致します。また、３日からの発育測定が終わり次第、けんこうカードを返却します。ご確認していただき、表紙に押印の上、各担任に提出していただきますようお願い致します。締切日は各担任からお伝えします。