



令和7年 9月 2日
江戸川区立篠崎小学校
校長 平林 千恵
養護教諭

暦の上では、そろそろ秋ですが、今年は暑さがまだまだ続くようです。2学期は行事が盛りだくさんです。健康振り返りカードでチェックしながら、生活リズムを整え、体調管理にご留意ください。

新型コロナなど感染症が流行っていると言われています。手洗いや咳エチケットを励行し、体調不良時には無理せず、ご家庭でしっかり療養をしてください。

治療報告書の提出をお願いします

定期健康診断にて、「お知らせ」が届き、夏休みに受診をされた方は「治療報告書」の提出をお願いします。受診がまだの方は、安心して学校生活を送るために、速やかな受診をお願いします。

併せて、スポーツ振興センターの災害共済申請書類（医療機関で記入済み）をお持ちの方も、ご提出をお願いします。

ご不明な点がございましたら、保健室までお問い合わせください。



熱中症・新型コロナに注意！！

気象庁の3か月予報によると、9・10月も例年より気温が高い見込みと発表がありました。10月には運動会があり、9月半ばから本格的に練習が始まります。暑い日にはこまめに水分補給をし、休憩を挟みながら練習をします。睡眠不足や朝食欠食になると、体の抵抗力が落ちて、熱中症にかかりやすいです。規則正しい生活習慣にご協力ください。

また、新型コロナが全国的に流行っていると言われています。学校が始まり、集団で生活することで感染症が広がる懸念があります。学校では、特に手洗いを指導します。また、感染症流行時は、密集しないような工夫や、食事の仕方を配慮します。体調不良の際は、無理をせず休養し、病院を受診してください。また、咳をしている場合は、マスクを着用しましょう。



健康ふりかえりカードにご協力ください

お子様は、夏休みをどのように過ごしていましたか？朝、8時ごろには起きていましたか？夜更かしせず、9時には寝ていましたか？ゲームやスマホの使用時間は守っていましたか？

夏休み明けの1週間で規則正しい生活習慣に戻せるよう、ご協力お願いいたします。



実施期間：9月2日（火）～9月8日（月）

実施内容：就寝・起床時刻、歯磨き、朝ごはん、排便、外遊び、

朝のあいさつ、勉強時間、SNS 家庭ルール、スクリーンタイム

*毎朝、担任に提出させてください。

*最後に、振り返りを書くところがあります。

保護者の方から見て、どのような様子だったかをご記入いただけますと、お子様の励みになると思います。よろしくお願いいたします。

お話ししてください

長い休みが終わり、また学校生活が始まります。2学期は登校日数も多く、行事もあり、モチベーションにつながる児童もいれば、過度に緊張してしまう児童、やる気を持続するのが難しい児童もいると思います。また、長い時間過ごす学校でトラブルやつまずきもあるでしょう。



もし、お子様が「学校に行きたくない…」、「今日は休みたい…」など言い出したときは、ぜひ、学校に相談してください。担任でも養護教諭でもスクール

カウンセラーでも構いません。お子様自身が直接お話ししてくれるのでも、保護者の方からの相談でもお待ちしております。

大人も子どもも、一人で悩むより、みんなで話すことが大切です。ご家庭と学校と協力し合い子どもたちの健やかな成長を支えていきましょう。

