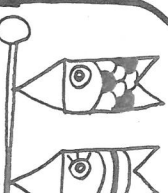


ほけんだより



八尾市立南高堂小学校 保健室

2026.5

しんねんど 新年度がはじまり、1かげう いじょう 1ヶ月以上たちましたが、あたらしい クラスには

なれましたか？ このじき 時期は、あたらしい かんきょう 環境になれてくると同時に、

いま 今まで きんちゅう していた ぶん 分の つかれが 出やすい じき 時期です。 ばや 早ね、

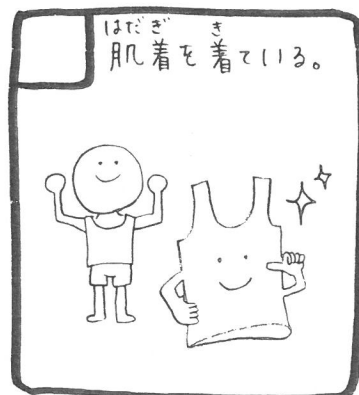
はや 早おき、あさ 朝ごはんの せいかつ 生活リズムを整えて、げんき 元気にすごしましょう！

また、いちゅう 日中の きおん 気温が高い日が増えてきたので、こまめに すいぶん 水分を

とって、ねうちゅう 熱中症にも気を付けましょう ☀

✧ まいにちのせいけつをチェックしよう ✧

○ 毎日の生活をふりかえって、あてはまるものに○をつけよう。



そとあそびの前、たいいく 体育の前から すいぶん 水分補給を！

からだ きめしめ 体に口戻りさせるまでに じかん 時間がかかります。

あせをかく 前、のどがかわく 前にのむようにしよう！！

問診票の回答についてお願い 2つあります！

歯科健診の問診票につきまして、
こちらのQRコードよりご回答を
お願いいたします。本日、sigfyにて
返信もさせていただきますので、
そちらからも回答が可能です。

本日別紙で「水泳学習前健康調査」
を配付しております。こちらは紙での
提出となりますので、別紙ご記入
の上、ご提出ください。



どちらも全学年対象です。

5月21日(木)までに

ご回答・ご提出いただけますよう、
ご協力をお願いいたします。

気温が高い日が多くなりました涼

水筒を忘れないように毎日持たせてください。朝の登校時間も気温が
高くなってきております。家を出る前（朝ごはん時で大丈夫です！）にも
しっかり水分補給をさせていただきますようお願いいたします。

健康診断の結果をお渡ししております！！

学校の健康診断は、スクリーニング（異常の疑いがある者を見つける
こと）を目的としております。異常の疑いがあると判断されたお子さま
へは、お手紙にてお知らせしております。受診勧告書を受け取られた方
は、早めの受診をお願いします。なお、病院で「異常なし」と診断
されることもありますので、あらかじめご了承ください。何かご不明
な点があれば、保健室までご連絡ください。