

令和6年6月10日

せいわにししょうがっこうほけんしつ
成和西小学校保健室

No.15

(修学旅行前号)



修学旅行がいよいよ来週に近づいてきました！十分な睡眠をとることで疲れをためないようしたり、栄養バランスのよい食事をとったり、体調を万全にしておきましょう。また、感染症にかからないよう、手洗い・うがい・マスク等でしっかり予防に努めましょう。

修学旅行前健康診断について～保護者のみなさまへ～

5月22日（水）に修学旅行前健康診断（内科検診）を実施しました。

結果については、該当者のみにお知らせを配布いたします。

なお、ご不明な点、あるいは、お子さまのことでご心配なことがございましたら、担任または保健室までお問い合わせください。

これからまだ修学旅行まで1週間あるので、6年生全員で元気に行くために、お子さまの健康管理にご協力をよろしくお願いいたします。

修学旅行の準備は進んでいるかな？

保健関係の持ちものチェック！

ハンカチ（2枚以上）・ティッシュ

…手洗い・うがいのあと、鼻血が出たり、飲み物をこぼしてしまったりしたときなど、いざというときの必需品です。

酔い止め薬・痛み止め薬 など（必要な人）

※必ず、自分のものを持っていきましょう。

エチケット袋

…1人1つ持っておくと安心です。

ビニール袋を紙袋にセットすると、中身が見えないエチケット袋が簡単に作れます。100円ショップにも売っています。

マスク（人混みでは、あると安心です。）

ナプキン、生理用ショーツ、バスタオル（必要な人）

