

ほけんだより 5

令和7年5月29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.14

(修学旅行前号)

しゅうがくりょこう らいしゅう ちか じゅうぶん すいみん つか
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
いようにしたり、えいよう しょうじ たいちよう ばんぜん
栄養バランスのよい食事をとったり、体調を万全におきましょう。
また、かんせんしょう てあら など よぼう つと
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21日（水）に修学旅行前健康診断（内科検診）を実施しました。
所見が認められるお子さまはいませんでしたので、お知らせいたします。なお、ご不明な点、
あるいは、お子さまの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ますか？

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。

□ 上着（寒いときに羽織る用）

