

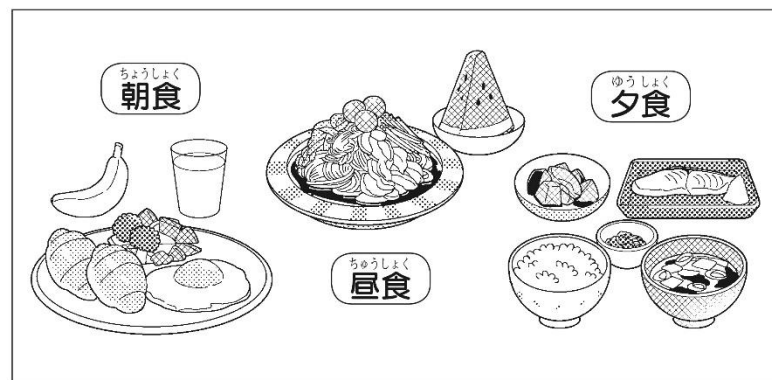
令和2年8月
大阪府立依羅小学校
保健室

いよいよ待ちに待った夏休みですね。今年はいつもより夏休みの日数が短いので、ダラダラ過ごしているとあっという間に終わってしまいます。2学期を元気にむかえるために、夏休みも生活リズムをきちんと整えておきましょう。

休み明けに備えて体のリズムを整えよう



☐ 早起きして朝日を浴びよう



☐ 朝・昼・夕の3度、バランスのよい食事をとろう



☐ 外で体を動かそう



☐ お風呂で疲れをとろう



☐ 夜ふかししないで眠ろう

© 少年写真新聞社 2020

1学期の保健室来室数

通常授業が始まった6月15日から8月6日までに、けがや体調不良で保健室に来た人数は432人でした。

けがでの来室理由

①すり傷 (92人)

②打撲 (73人)

③鼻血 (15人)



体調不良での来室理由

①腹痛 (31人)

②頭痛 (30人)

③倦怠感 (16人)



昨年と今年の保健室来室者数を、6月15日から昨年の終業式の7月19日で比べると、けがで保健室に来た人数は今年が12人多く、体調不良で保健室に来た人数は今年が42人多いという結果でした。

休校期間が長かったため、学校が始まってから疲れが出た人も多かったと思います。夏休み期間中も「早寝早起き朝ごはん」を心掛け、2学期を元気に過ごせるようにしましょう。

8月の保健行事予定

27日(木) 発育測定(6年生)

28日(金) 発育測定(5年生)

31日(月) 発育測定(4年生)

身長も測定しますので、
頭頂部と後頭部で髪を
結わないようにしましょう☆



突然の病気やケガで困ったときは、

救急安心センターおおさか (24時間 365日体応)

応急手当についてのアドバイスや、救急病院の案内をしてもらえます。

#7119 または (06) 6582-7119

へ電話しましょう。

ただし
緊急時は必ず
119番へ!

