

ほけんたより



富岡市立富岡中学校
2020. 6. 9
暑さ対策を考えよう⑥号

家庭の中でお互いに

目配り気配り心配りを



分散登校が始まり 1 週間が経ちました。帰宅後のお子様の様子はいかがでしたか？ 友達に会えた嬉しさや充実感いっぱいで過ごした子。久しぶりの登校に加え、新しい生活スタイルで疲れた子。学校の話が止まらなかったり、逆に何も言ってくれないなんて子もいたのではないかでしょうか。

当たり前のように毎日登校していた学校ですが、3ヶ月ぶりとなると緊張や不安を感じるもので。寝付きの様子や食事量の変化など普段と違う様子が見られるときは、さりげなく話を聞いてみて下さい。たとえ学校の話でなくても、ほんのわずかな会話でも心がほぐれてリラックスできるかも知れません。ポイントは子どもが話したい事を、話したいと思うだけ聞く事です。質問攻めにせず、ゆっくり聞いてもらえると安心して気持ちの整理ができるかも知れません。

生活CHECK

睡眠時間を十分とっていますか？ 	3度の食事はきちんと食べていますか？ 	適度にからだを動かしていますか？ 	心とからだの疲れ、上手にとっていますか？
---------------------	------------------------	----------------------	--------------------------

保健行事の日程 お知らせ

6月15日(月) 11:20~	胸部レントゲン検査 1年生希望者
25日(木)9:00~ 29日(月)13:30~	心臓検診 1年生 貧血検査 2年女子・希望者
30日(火)	尿検査1回目

*30日に尿検査が出来ない人や再検査になった人は
7月16日(木)に検査します。

6月に実施する保健行事が決まりました。対象学年や事前準備などを確認してスムーズに受けられるよう準備をお願いします。

ご不明な点がありましたら保健室へお問い合わせ下さい。よろしくお願いします。

