

令和7年9月30日
札幌市立東苗穂小学校
NO.6

ほけんだより

校庭のナナカマドも色づき、すっかり秋らしくなりました。最近は発熱でのお休みや、頭痛や腹痛、鼻水、喉の痛みがある子が増えています。9月は手足口病、新型コロナウイルス感染症など、出席停止になる感染症もポツポツと報告がありました。朝晩はすっかり寒くなりましたので、上着や長ズボン、タイツなどで体温調節をして、免疫力を下げないように生活しましょう。



身体計測(二計測)について

10月8日(水)に、全学年で身体計測があります。7日(火)に児童向けのお便りを発行しますので、お子さんと一緒にお読みいただき、服装や髪型について御確認・御協力をお願いいたします。計測後は「記録カード」を御家庭に持ち帰りますので、半年間のお子さんの成長を御確認ください。



- check point
- ☐ 面ファスナーやヒモで甲を密着できる
 - ☐ かかとの周りがしっかりしている
 - ☐ つま先の部分に余裕がある
 - ☐ 靴底がやわらかい

合わない靴をはき続けると、外反母趾など足の変形や巻き爪などのトラブルに繋がります。

身長と共に足もどんどん成長していきますので、3～4か月に一度は靴のサイズが合っているか、穴が開いていないかなど、点検をお願いいたします。

視力低下のサイン

- ✓ 近くで見る
- ✓ 顎を上げて見る
- ✓ 目を細めて見る
- ✓ 片眼を閉じて見る



もししていたら、お子さんの視力が低下しているかもしれません。眼科を受診して治療やメガネの装用について御相談ください。

心臓検診について (1年生のみ)

9月9日(火)の心臓検診につきまして、当日検診を受け、病院での検査や治療が必要と判断されたお子さんのみ、結果を配付しました。御協力ありがとうございました。