

ほけんだより

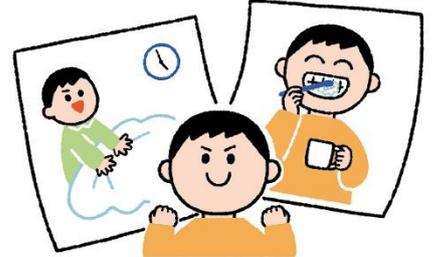


令和8年(2026年)3月25日 札幌市立北陽小学校

いよいよ修了式です。この1年間、みなさんの心と体はぐんと大きく、たくましく成長しました。保健室から見守ってきた先生も、みなさんの頑張る姿をととてもうれしく思っています。

春休みは、次の学年に向けて心と体を整える大切な時間です。規則正しい生活を心掛けて、元気に新年度を迎えましょう。

新年度の



目標を立てよう

1年間の健康生活を振り返ってみよう



3食、好き嫌いせずにバランスよく食べた



早寝早起し、規則正しい生活リズムで過ごせた



ゲームやスマホばかりせず、適度に運動をした



ケガや病気の予防を進んでしっかり実行できた



友達と仲良くし、けんかしても仲直りできた



いつも身の回りを清潔に保つことができた



2月・3月はインフルエンザや溶連菌感染症、水痘、新型コロナウイルス感染症など、いろいろな感染症の報告があり、インフルエンザによる学級閉鎖の措置を講じることもありましたが、流行も落ち着きを見せ、3学期を終えることができました。

保護者の皆様には、学校保健活動にご理解とご協力をいただきありがとうございました。

健康カード等 記入のお願い

□ 健康カード

1 ページ目

- ・ 緊急時の連絡先
(勤務先や携帯電話番号の変更)
- ・ 新学年の欄に保護者の印(サイン)

2 ページ目以降

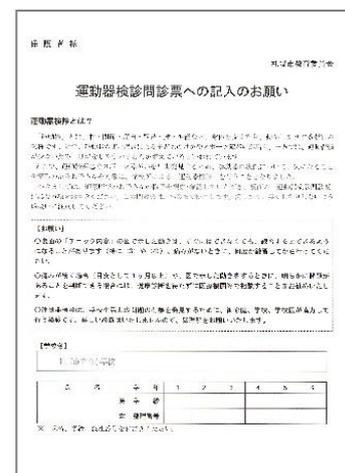
- ・ 新学年の緑色の欄に新たに記入



□ 運動器検診問診票

(問診票の表紙をご覧ください。)

- ・ 新学年の欄: 「特になし」または
当てはまる番号に○
- ・ 氏名・学年(表紙・中面)を記入
- ※ 1年生は、健康カードに含まれています。
4・5ページに記入をお願いします。



□ 令和8年度 健康調査

以上 3 点

提出 : 4月8日(水)始業式

組、番号については、未記入で結構です。