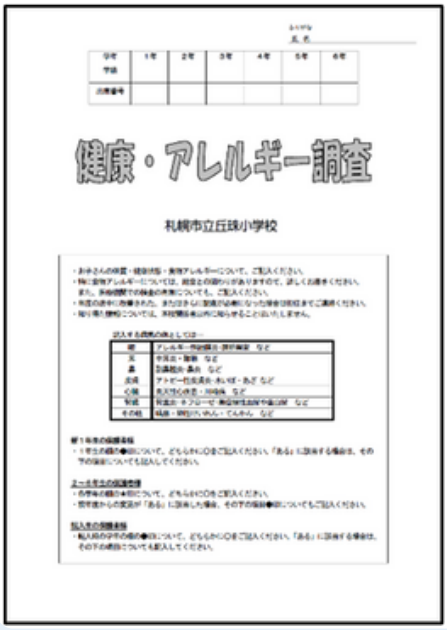
おかのこ　ほけんだより

2026年1月23日
札幌市立丘珠小学校

学校モードへ！

　新学期が始まり、子どもたちの元気な声が戻ってきました。この1週間ほどで、少しずつ身体が慣れてきた頃かと思いますが、疲れが出てくる時期でもあり、眠そうな様子のお子さんもみられています。
　十分な睡眠は、免疫力の向上や、集中力、気持ちの安定にもつながりますので、早めにお布団に入る習慣づくりを、お願いいたします。
　また、ゲームやスマホ等の使用についても、お子さんと話し合い、ご家庭でのルールづくりを決めていただけると安心です。無理のない形で、生活リズムを整えていけるよう、ご家庭での見守りをお願いいたします。

健康・アレルギー調査のご協力をお願いします



本日、1～5年生に、「健康・アレルギー調査票」を配付いたしました。
締め切り：2月3日（火）

次年度に向けての調査です。
4月からの学年の欄に、ご記入お願いいたします。

スポーツ振興センター（学校管理下におけるけがの保険）について

　学校管理下でけがをし、病院を受診した場合には、医療費＋見舞金を請求できる制度があります。もし、お手元に「医療等の状況」の書類がある場合には、3月までに学校にご提出くださいますよう、お願いいたします。（なお、請求してから給付になるまで、約3か月かかりますことを、ご承知おきください。）