



9月号

令和8年(2026年)9月8日
札幌市立美しが丘小学校
保護者向け保健だより

夜になると気温が下がり、過ごしやすくなってきました。登校後に涼しささえ感じる児童もありますが、元気な声がたくさん校内に響いていて、毎日元気をもらっています。水分をとりながら、元気に楽しく活動できるように声掛けをしていきます。

健康カード・健康診断について

1年生の心臓検診も終わり、今年度の健康診断がすべて終了しました。健康カードの再提出もありがとうございました。先日の二計測では身長が伸びたことを喜んでいる児童がたくさんいました。

心臓検診(1年生)は検査結果が届き次第、要精検の方へのみ、お知らせを配付いたします。

また、夏休み中に病院を受診し、黄色い紙を提出してくださり、ありがとうございます。眼科検診、耳鼻科検診は1年生と4年生のみの実施となり、異変に気付くのが遅れがちです。早めの受診をおすすめいたします。

きらチャレに取り組みました☆

夏休み明けより6日間、朝の時間を使って「生活きらきらチャレンジ」略して「きらチャレ」に取り組みました。毎日動画を視聴し、考えて自分の生活を振り返り、目標を決めてやってみる。翌日に目標を達成できたかさらに振り返りを行いました。ご家庭でも取り組んでいる様子が見られましたでしょうか？



生活リズムを整えることは子どもの成長にたくさんのいい影響を与えてくれます。睡眠時間をしっかり確保できている子は心も安定すると言われています。子どもたちに配付したプリントにも生活リズムを整えることによるいい影響をたくさん載せていますので、ぜひ話題にしてみてください。



今、保健室と給食室の前の掲示板には子どもたちがこれからがんばろうと思っていることが記載されている「きらチャレ宣言」を掲示しています。9月18日(金)まで掲示予定ですので、来校の際はぜひご覧ください。

学校トイレの生理用品の配置について



札幌市では、安心して学校生活を送るための環境整備の一環として、昨年度から女子トイレに生理用品を配置することになりました。本校は、2階と3階の女子トイレに配置しています。生理用品は今まで通り各自が用意することが基本となりますが、急に生理になってしまった場合などの緊急時に使用できます。

つきましては、本趣旨についてご理解いただき、今まで通りご家庭での準備にご協力をお願いいたします。

もちろん今まで通り、生理用品は保健室にも置いてあります。着替えが必要な場合もあるかもしれません。生理に限らず、困ったことや相談がある場合はいつでも保健室を利用してください。

