



平成25年3月12日
湖南省立菩提寺小学校
保健室 No.22

いま がくねん す すごすのもあと少しです。

やり残したことがないように、新しい

がくねん む 学年に向けてよいしめくりができる
ようにしましょう！



しょうがっこうせいかつ すこ お 小学校生活もあと少しで終わりですね。

どんな6年間でしたか？たくさんの思い出

を胸に、また新しいスタートを切ってほし

いと思います。

がつ ちゅうがくせい あたら であ あたら かんきょう ぶかつどう はじ まいにち 4月からは中学生！新しい出会い、新しい環境・・・部活動も始まり、毎日

の生活のリズムも変わってくるとおも

ゆっくり休むのも忘れずに、心もからだも元気に過ごせるといいですね。

ふくそう ちょうせつ 服装の調節を・・・

あたたかい日が多くなってきましたが、天気や

じかん 時間によってはまだまだ冷えるときもあります。

たいちょう ぐず 体調を崩さないよう、服装を考えましょう。



やってきました！この季節！

ひるま 窓間はポカポカ暖かくなってきて、過ごしやすい日が多くなってきました。

しかし、スギなどの花粉症の人にとっては、ツライ季節かもしれませんね。

てあら 手洗い・うがいは花粉症の予防にもなると言われています。かぜやインフルエ

ンザとともに、花粉症の予防もできるといいですね。

花粉症 予防のポイント



できるだけ花粉を避けること!

| 外に出るとき | 室内に入るとき | 水道の前を通ったら | 自宅では | 体調管理も大切 |
|--|--|--|---|--|
|  <p>マスクや帽子を身につける。</p> |  <p>頭や洋服についた花粉を払い落とす。</p> |  <p>タオルやハンカチは清潔なものをこまめに洗い流す。手洗い・うがい・洗顔。</p> |  <p>外に干すと花粉が付きまします！洗濯物は室内に干す。</p> |  <p>かぜをひくと、症状が悪化する。</p> |

保護者のみなさまへ

- 1 学期の健康診断後にお配りしました「**歯科連絡カード**」について、来年度の健康診断でも使用しますので、学校まで返却をお願いします。
- 茶色の「**保健用連絡袋**」(大・小) についても、年度始めに使用しますので、もしご自宅でお持ちの場合は、すぐに学校まで返却をお願いします。

～どちらも6年間使用しますので、今年度中に返却をお願いします。～