

保健室からの

お知らせ

健康カードについて

来年度から健康カードの様式が多摩市小中学校で統一されるため、全学年変更になります。それに伴いまして、現在使用している健康カードを、来年度の新様式の健康カードを配布する際に一緒にお渡しします（7月頃を予定しています）。なお、現6年生は卒業のため返却済みです。

学校環境衛生検査結果（室内化学物質測定・照度検査）について

2月17日（月）に学校薬剤師の氏家先生が来校されました。健康で快適な学校環境の確保を図るため、すべての多摩市立学校が教室等の室内化学物質濃度を測定しています。

結果は、測定したすべての教室について、基準値以内の結果でしたので、ご安心していただきますよう、お知らせいたします。また、同日実施いたしました照度検査の結果につきましても、測定したすべての教室について適正な結果となりましたことをご報告いたします。

- 室内化学物質測定教室：理科室・音楽室・図書室・図工室・普通教室1クラス
- 照度検査実施教室：理科室・図書室・普通教室2クラス

新学期ストレスに要注意 ⚠️ 心の見守りをお願いします



どの子も一年間、よくがんばりました。もうすぐ進級・進学。新しい学校・新しいクラスについて、おうちでもお話をしているかもしれません。ただ、新たなスタートというポジティブな変化もストレスとなることがあります。

いつもは見られない様子が急に現れたらストレスサインかもしれません

例

- 怒りっぽくなる ● 甘えん坊になる ● 分離不安で大泣き
- チックや吃音が出る ● 指しゃぶり ● 発熱などの体調不良 など

気持ちを受け止め、意識的に一緒に過ごす時間を持つことで、徐々に落ち着いてくることもあります。気になる点があるときはご相談ください。



児童向け（クラスに配布しました）

3月の保健目標

「1年間の健康生活をふりかえろう」

<p>早寝・早起きができた</p>	<p>毎日朝ごはんを食べた</p>	<p>好き嫌いせず食べた</p>	<p>歯みがきをした</p>
<p>手洗い・うがいをした</p>	<p>元気に体を動かした</p>	<p>ストレス解消できた</p>	<p>友達と仲良くした</p>



※令和6年4月～令和7年2月まで ケガ・病気以外の来室は除く

