

ほけんだより

春休み前

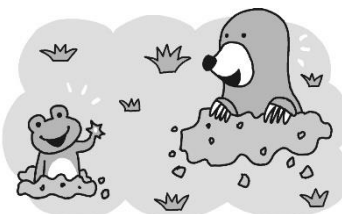
特別号

令和5年3月24日発行

日南市立大窪小学校保健室

おうちのかたと
いっしょによんでね

本日修了式を迎え、令和4年度の学校生活を締めくくることができました。明日からは春休みが始まります。4月から笑顔いっぱいの毎日を過ごすことができるよう、健康や安全に気を付けて過ごしてくださいね。



新しい学年になる前にやっておこう！

春休みのうちに！



病気の治療

早寝早起き



1年間のふりかえり



身の回りの整理整頓

心もスッキリ！

保健室からの宿題

春休み健康カレンダー

1日3回しっかり歯をみがいて健康カレンダーに色をぬりましょう。

また、毎日体温を測定して、記録をしましょう。

4月7日(金)に提出してください(^^)



保護者のみなさま



- ◎ 春休み期間中、「春休み健康カレンダー」の宿題を出しています。最後に「保護者印」欄を設けておりますので、内容をご確認の上、押印をお願いいたします。
- ◎ 長期休業期間明けにかけて、子どもの自殺が増加する傾向にあることがわかっています。春休み期間に、ご家庭でお子様の悩みや心身の変化等を見守る中で、何かお気づきの点等ございましたら、学校にご相談ください。また、「24時間子供SOSダイヤル」(裏面参照)をはじめとする電話相談窓口もございますので、必要時にご活用ください。

一年間、毎日の朝の健康観察や提出物など、様々なことにご協力いただきありがとうございました。

養護教諭 蓼毛 友李



誰
か
が
い
る

話
し
た
い

今、

NotIsolated



学校でのいじめに悩んだら、心配な友達がいたら、
いつでも話を聞くよ

通話料無料になりました

24時間子供SOSダイヤル



0120-0-78310

なやみいおう

各教育委員会等によって運営されている、全国共通のダイヤルです。

以下の相談ダイヤルも開設しております。状況に応じて活用してください。

児童虐待かもと思ったら
☎189番
(児童相談所全国共通ダイヤル)

子どもの人権110番
☎0120-007-110
(通話料無料、法務局職員または
人権擁護委員による相談窓口)

各都道府県警察本部に
よる少年相談窓口
(右のQRコードから近くの
窓口を開けます)



内閣府 警察庁 法務省 文部科学省 厚生労働省