

# ほけんだより 12月

R4.12/14 (水)

NO.10

岩沼高等学園

川崎キャンパス

## \* 今月の保健目標 \*

ふゆ さむ ま せいかつ  
冬の寒さに負けない生活をしよう

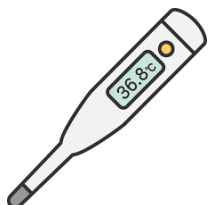
がつ いちだん さむ  
12月になって、一段と寒くなりましたね。

ねん し げんき す たいちようかんり  
1年の締めくくりを元気に過ごせるように、体調管理をしっかり

おこな  
と行っていきましょう。



## あさ けんおん たいちよう ほうほう か 朝の検温・体調チェックの方法が変わります



あさ お けんおん たいちよう かくにん  
朝、起きたあと 検温 と 体調 を確認する

けんこうかんさつ たいおん か  
健康観察カードに 体温 を 書く



とうこう きょうしつ はい まえ ねんきょうしつまえ たいおん ほか  
登校したら、教室に入る前に、2年教室前の モニター で体温を測る

けんこうかんさつ びこう ほか たいおん か  
健康観察カードの「備考」のところに、モニター で測った体温を書く

ほけんいいん ていしゅつ  
保健委員へ提出する

### 【注意！】

あさ お ねつ しょうじょう せき いた  
朝起きてから、熱があったり、かぜのような症状（咳、のどの痛みなど）があるなど、

たいちようふりょう ばあい がっこう やす やす ほごしゅ がっこう れんらく  
体調不良の場合は、学校を休みます。休むときは、保護者から学校に連絡をしてもらいます。

# 2022年が終わります…。やり残していることありませんか？

## びょういん じゅしん 病院の受診

しか しりよく がつ けんこうしんだん  
歯科や視力など 4月の健康診断

じゅしん  
で受診をすすめられた人は、ぜひ

ふゆやす ちゅう じゅしん  
冬休み中に受診を！



## み まわ そうじ 身の周りの掃除

がっこう いえ じぶん す  
学校でも家でも、自分の過ごして

かんきょう ととの あたら ねん  
いる環境を整えて、新しい1年を

むか  
迎えたいですね♪



## じぶん き もくひょう おも 自分で決めた目標・やってみようと思ったこと

ねん はじ とき なに もくひょう  
2022年が始まった時、何か目標や、やってみたいこと

おも えが  
を思い描きませんでしたか？

ともだち あそ ひと はじ  
「友達と遊びに行く」、「趣味を一つ始める」など、小さな

ことしじゅう  
ことでも今年中にできることは、ぜひやってみましょう！

つぎ すてき もくひょう おも  
次の素敵な目標・やりたいことにつながると思います☆