

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 ひこう 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…。やい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☆