ほけんだより

10月

奈良東養護学校
保　健　室
令和5年10月2日

2学期が始まって1ヶ月が経ちました。朝・夕と少しすずしくなりすごしやすくなりましたね。秋は「食欲の秋」といっておいしい食べ物がたくさんあります。規則正しい食事と睡眠で毎日元気に過ごしましょう。

10月の保健目標
「目を大切にしよう」

いろいろな役割をしながら、たいせつな目を守ってくれているよ。目をまもるために自分でできることもあるよ。それは、『　目を使いすぎないこと　』。

スマホやタブレット、ゲームなどの画面を見るときは、30分に1回は休憩をしてね。

～　保護者の皆様へ　～

★学校感染症の出席停止について★

〇インフルエンザや新型コロナウイル感染症などの学校感染症にかかった場合は、**「学校感染症に関する報告書」**を提出していただくこととなります。出席停止期間は自宅で療養していただき、後日登校する際に、学級担任に提出してください。

〇学校で申し出ていただければ用紙をお渡ししますので、インフルエンザなどの学校感染症と指定された場合には学校にお知らせください。なお、用紙は奈良東養護学校ホームページから印刷してご利用いただくことも可能です。