



令和3年3月1日  
 渋谷区立笹塚小学校  
 校長 荒木 憲秀  
 養護教諭 伊藤 妙子

いよいよ今年度も最後のひと月となりました。今年度は4、5月が感染症予防のために休校になってしまい、いつもとはちがうスタートとなりました。登校が始まってからもしばらくは生活のリズムが整わず、体調をくずす人も多かったようです。

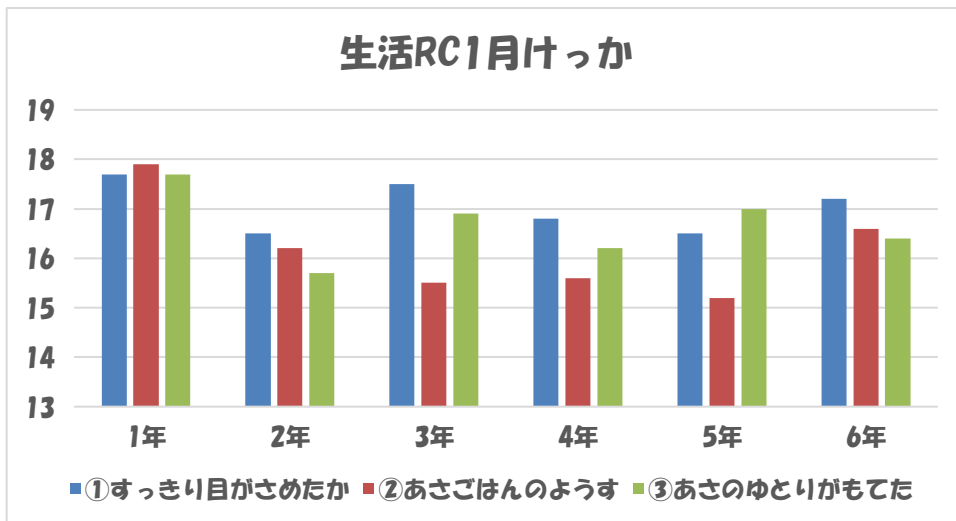


3月は1年間の振り返りをする時期です。健康面でも自分の生活を思い出し、元気に過ごせたかを振り返ってみましょう。



### 生活リズムチェック（1月実施）の結果

1月に実施した生活リズムチェックの各学年の取り組みの様子をグラフにしました。「①すっきり目がさめた」は、17点と、かなり意識して取り組みました



①～③の項目で1日3点、7日で21点が満点です。

「よくできた」3点  
 「あまりできなかった」2点  
 「できなかった」1点  
 として集計します。

よい考えですね。参考  
 してみてください。

#### 「くふうしたいこと」としてあがっていたもの

- 【1ねん】 やらなければいけないことをかみにかいて、はったれんらくちょうをしっかりとみて、まえの日にじゅんびする。
- 【2年】 目ざましをとめてから2度ねしないようにする。あしたつかうものをよる、かごにいれておく。
- 【3年】 ねむくても、おきてしまうとゆとりをもてると思う。
- 【4年】 はみがきからきがえのように、あいま時間をとらず、すぐに取り組む。
- 【5年】 朝ごはんを食べる前にきがえをする。
- 【6年】 やることや課題がある場合はなるべく早く終わらせるようにする。

**保護者の皆様へ ※必ずお読みください!**



## 保健調査票について

昨年度に引き続き、今年度も保健調査票を3月にご家庭にお返しし、加除訂正とご確認  
いただきたいと思います。つきましては以下の点にご留意いただき、期日までに学校にご提出く  
ださい。

① 学校からの配布日…3月8日(月)

② 記入上の注意

○1, 4 ページは「保健調査票」です。緊急連絡先や予防接種、既往歴等、**変更があれば赤で訂正  
し、変更年月をご記入ください。**

**★平熱も必ずご記入ください。**

○中面の2ページが「結核検診問診票」です。

⇒「昨年度の記入状況と変わりありませんか?」:「いいえ・はい」どちらかに○印。「はい」の場  
合は全ての質問にお答えください。

○中面の3ページが「運動検診問診票」です。

⇒「昨年度の記入状況と変わりありませんか?」:「いいえ・はい」どちらかに○印。「はい」の場  
合は全ての質問にお答えください。

保護者の方々にはお手数おかけしますが、健康診断や急病・不測の事故などの緊急連絡の際に使用  
する重要な書類です。ご理解、ご協力をお願いします。

## 食物アレルギー調査票

例年ですと食物アレルギーのため給食で除去対応をしている方は全員、「食物アレルギー  
調査票」の提出を年度末にお願いしていましたが、昨年度面談を実施して1年経過していな  
いことから、今年度は特例で提出しなくてよいとの通知が来ました。

しかし、内容に変更点がある場合は、新たに管理指導票の提出と面談が必要となりま  
す。もしご変更ある場合は、必ず養護教諭までお申し出ください。

## 新型コロナウイルスの対応について

感染症予防対策につきましては、これまで通り密を避ける、マスクの着用、換気を行う、登校  
時のサーマルカメラでの体温チェック等の対応を実施していきます。またこれまでお願いして  
いました毎朝の検温や健康観察を記入する「健康観察表」につきましても、今後も引き続きお願い  
します。

3月24日に、をお配りしますので、お手数ですが春休み中もご記入をお願いします。