



れいわ ねん がついつち  
**令和6年10月1日**  
 いせはらしえんがっこう  
**伊勢原支援学校**  
 ほけんしつ  
**保健室**

すこ まえ あつ ひ つづ あさばん すず いちにち きおん へんか おお きせつ  
 少し前まで暑い日が続いていましたが、朝晩は涼しくなってきましたね。一日の気温の変化が大きい季節です。  
 うすて うわぎ いちまいようい ふくそう ちようせつ  
 薄手の上着を一枚用意して、服装の調節ができますとよいですね。

しよくよく あき あき あき きそくただ せいかつ こころ まいにちげんき  
 食欲の秋、スポーツの秋…みなさんはどんな秋にしたいですか？ 規則正しい生活を心がけて、毎日元気に  
 す  
 過ごしたいですね♪



こんげつ ほけんぎようじ  
**今月の保健行事**

ぜんいんたいしやう きぼうしや  
 ○は全員対象 ▲は希望者

		しょうがくぶ 小学部	ちゅうがくぶ 中学部	こうとうぶ 高等部	ぶんぎやうしつ 分教室
ついたち か 1日(火)	たいじゆうそくてい 体重測定			ねん 3年	ねん 1年
ふつか すい 2日(水)				ねん 2年	
みっか もく 3日(木)				ねん 1年	ねん 2年
よっか きん 4日(金)		○	○		ねん 3年
なの か げつ 7日(月)	せいしんかそうだんかい 精神科相談会	▲	▲	▲	▲



こんげつ ほけんもくひよう  
**今月の保健目標**

**目を大切にしよう**

め やさ せいかつ こころ  
 「目に優しい生活」みなさんは心がけていますか？

きやう いしき  
 ぜひ今日から！意識してみましょう♪



まえがみ め  
 前髪を目にかけない



じかん き やす  
 ゲームは時間を決めて休む



しせい すわ どくしよ  
 姿勢よく座って読書する

すいみん  
 「睡眠をしっかりとること」  
 「バランスよく食べること」  
 だいじ  
 も大事ですよ☆

てあら  
**手洗い**

わす  
**忘れていませんか？**

かんせんしやう りゆうこう  
 いろいろな感染症が流行する  
 じき  
 時期になります。

てあら わす  
 「こまめな手洗い」忘れずに!!

そと かえ とき  
 外から帰った時



あと  
 トイレの後



せきや  
 くしゃみをした時



た まえ  
 ごはんを食べる前

