



令和2年10月6日
弥生が丘小学校
保健室

10月になり気持ちのよい季節になりました。でも、昼間は暑かったり、
朝夕はひんやり、さむく感じたりと、気温の変化が大きい日があります。
体調をくずさないように、ぬいだり着たりできる服装で、うまく調整
しましょう。



しゅうがくりょこう
もうすぐ修学旅行です！



10月8日・9日は、それぞれの学年で修学旅行にでかけます。

体調を整え楽しい修学旅行にしましょう。乗り物酔いが心配な人は、下
に書いていることを、やってみましょう。きっと、安心してバスの中で過ごせるはずですよ。



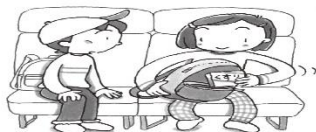
前の日は早めに寝る



ごはんをたべすぎない



遠くの景色を見る



酔い止めの薬は自分で持ってくる



友達と楽しくおしゃべりする

(おうちのかたへ)

お子様は、修学旅行を楽しみにしていると思います。中には車酔いが心配なお子様もいら
っしゃると思いますが、学校では、薬の準備はできません。

酔い止め薬が必要なお子様は、必ず朝のうちに服用してから、登校させてください。
よろしくお願い致します。

朝もきちんと体温を測り、健康観察カードを登校の際、持たせてください。