

ほけんだより 5月

大阪市立清水小学校
保健だより
令和2(2020)年 5月



清水小学校の1年生の皆さん、ご入学おめでとうございます。2年生から6年生の皆さん、進級おめでとうございます。
長い臨時休校が長引き、不安な生活が続きますが、皆さんに少しでも早く、会えることを心待ちにしています。今年度もよろしくお願いします。

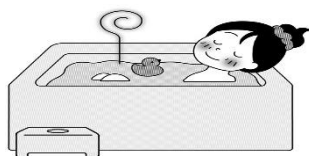
～ 健康生活は規則正しい生活習慣から ～
緊急事態宣言により、お家で過ごすことが多いこの時期ですが、お家でも毎日を健康に過ごせるように生活習慣を見直してみてください。

決まった時間に起きて、3食きちんと食べる！

朝、決まった時間に排便



適度な運動(マラソン、縄跳び、ストレッチなど)と上手なリラックスポ



ねんせい
1年生のみなさん
はじめまして。

ほけんしつ さかもと ゆき
保健室の坂本 有紀です。

みなさんが、毎日元気に楽しい学校生活を送れるように、お手伝いさせていただきます。よろしくお願ひします。



おせわになります！

学校医の先生方

ない か
内科
やまもと あけみ せんせい
山本 明美 先生
ロータリーキッズ
クリニック

がん か
眼科
かみずる まさえ せんせい
上水流 真江 先生
しほがんか
芝眼科

じ び か
耳鼻科
いずみかわ まさひこ せんせい
泉川 雅彦 先生
いずみかわ
泉川クリニック

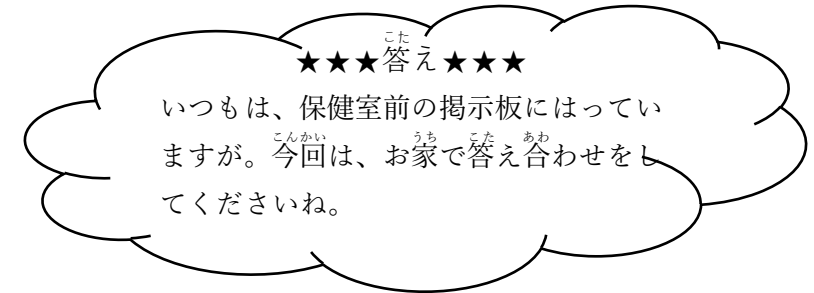
し か
歯科
なかたに のりひろ せんせい
中谷 憲博 先生
なかたに し か
中谷歯科

やく ざい し
薬剤師
つじや のりえ せんせい
辻屋 徳恵 先生

健康診断をはじめ、みなさんの学校での生活をさまざまな面から見まもり、サポートして下さる先生方です。きちんとあいさつをしましょう！

~ 7つのまちがいさがし ~

7個、2つの絵の中には違うところがあります。
みつけてみましょう。



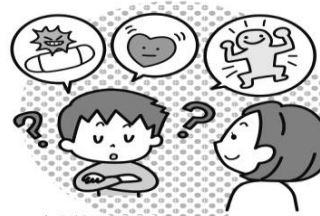
こんなときは **保健室へきてね!**



がっこう
学校でけがをした、
ぐあいが悪くなった



なやみやぎもんを
相談したい、
話を聞いてほしい



からだ、心のこと、
健康について知りたい