

ほけんだより 5月

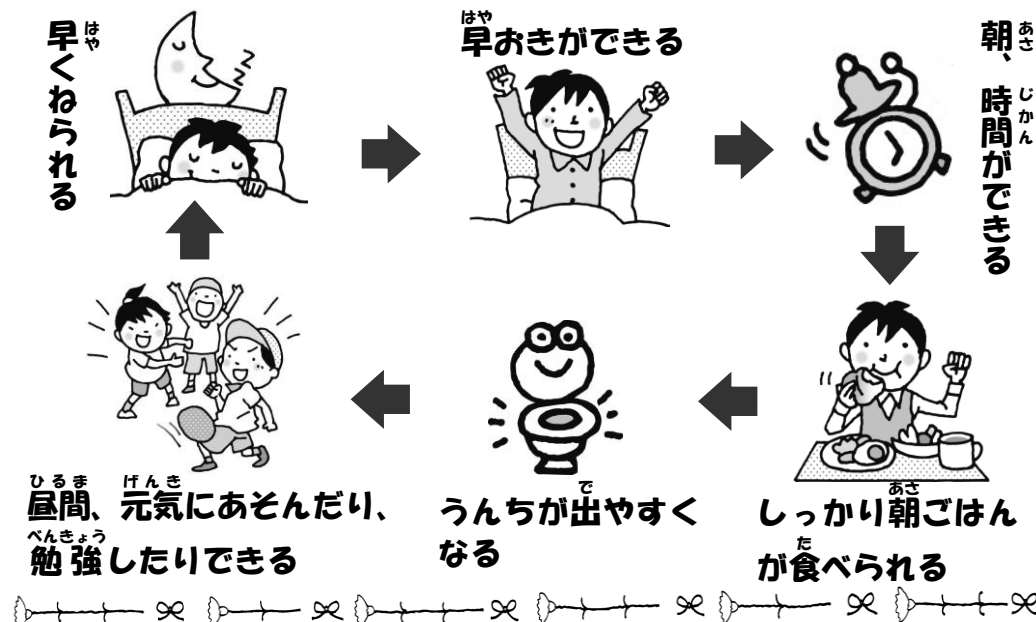
新学期が始まって、1ヵ月。新しいクラスや友だちに少しずつ慣れてきたころでしょうか。今まできんちょうしていたぶんの疲れが出て、ケガをしたり、体調をくずしたりしやすいときです。毎日、元気にすごせるように、規則正しい生活を心がけましょう。

大阪市立天下茶屋小学校



元気のもと、 「はやね・はやおき・あさごはん」

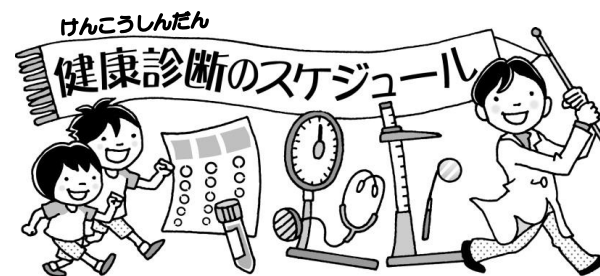
まずは早ねから。早ねができると、規則正しい生活ができるよ!



ほけんしつからみんなへのメッセージです。

リラックスして深呼吸し、「いき」をスーッとぬいて読んでみてくださいね。

けいんこうきに いきすごいすには
りきいずむきが ひきつよいきうき



がんかけんしん 眼科検診

5月12日(火) 1・2・3年

5月18日(月) 4・5・6年

* 視力検査のあと、病院で見てもらった人は、用紙を持ってきました。

じびかけんしん 耳鼻科検診

5月19日(火) 1・2・3年

5月27日(水) 4・5・6年

* 前の日は、耳そうじをわすれずに行きましょう。

にょうけんさ 尿検査(2次)

1次検査で、たんぱく・糖・潜血が陽性だった人は2次検査をおこないます。2次検査を受ける人にはお知らせをわたします。

提出日: 5月19日(火)

ないかけんしん 内科検診

5月26日(火) 1・2・3年

* 体操服をわすれないようにしましょう。

* 4・5・6年は6月にあります。

しかけんしん 歯科検診

5月28日(木) 2・5年

* 朝の歯みがきはていねいにしましょう。

* 1・3・4・6年は6月にあります。

けんこうしんだん 健康診断の結果について...

健康診断のあと、再検査や治療などが必要な結果が出た場合は、お知らせをわたしています。おうちの人に必ず見せて、早めに専門医を受診しましょう。



まいにち 毎日のせいけつチェック!!

- ☐ 手あらい・うがいはできていますか?
- ☐ ハンカチ・ティッシュはいつもポケットに入っていますか?
- ☐ つめはのびていませんか?
- ☐ 歯みがきはていねいにしましたか?
- ☐ 顔はきちんとあらいましたか?



保健美化委員会では、毎週火曜日の朝に「せいけつしうべ」をしています。

せいけつ習慣を身につけて、毎日気持ちよくすごしたいですね!

「せいかつせいけつしうべ」
←「せいけつしうべ」