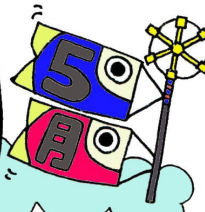
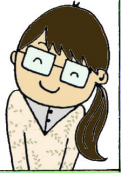


ほけんだより



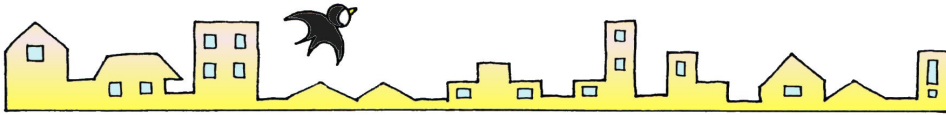
貝塚市立北小学校 保健室
平成25年5月1日 発行

5月のほけん目標 けがをした時の てあてき しろう



新学期がはじめて約1ヶ月が過ぎました。1年生のみなさんは、学校

になれましたか？ さて、ゴールデンウィークからスタートある5月は、疲れから体調をくずす人が多いため、さそく正しい生活を心がけましょう。



5月のほけん行事

月	火	水	木	金
		1 視力検査 (1年生)	2 校外学習 (3年生)	3 2つのイチゴ
6 お花見	7 内科検診 (1・2年生)	8 聴力検査 (1年生)	9 聴力検査 (2年生)	10 聴力検査 (5年生)
13 聴力検査 (3年生)	14	15 尿検査 ぎょう虫検査 (2次)	16 歯科検診 (全員)	17
20 眼科検診 (1年生と アンケート抽出)	21	22 耳鼻科検診 (1・3・5年生)	23	24

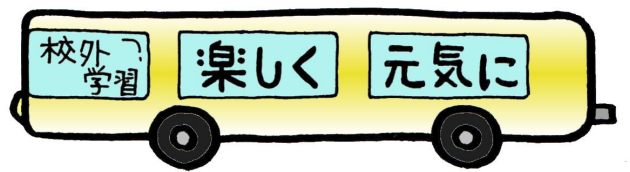
検尿・ぎょう虫検査(2次)について

- 2次検査が必要な人のみお知らせします。
- 1次検査のとき、未提出だった人も対象です。
- 眼科検診について
7日(月)に配布するアンケートにお答えいただき、10日(金)までに、担任までご提出下さい。
- 1年生は全員対象です。2~6年生はアンケートの結果より、抽出者のみ行います。2~6年生の対象者には、後日お知らせを配布します。

5月は **おつかれモード**



おやすみするときは
ゆっくり... ゆっくり



つかれてる
そんなときこそ
けがに注意!!

保護者のみなさまへ

体だけでなく、心の健康観察もお願いいたします。イライラしている様子はありませんか？子どもたちは、新しい環境での生活に慣れていないかもしれません。ご家庭で様子をおみてあげて下さい。

うらもみて下さい!(視力検査について)

まいかん	しょくじ	トイレ
じゅうぶん睡眠をとる。からだをやさめておこう。	1日3回の食事を、きちんと食べよう。	排便(うんち)のリズムを整えておこう。
<p>のりものよいするひとは</p>		
睡眠不足だと、体調をくずしやすくなる。しっかりと寝よう。	食べても、やおなかが空いているときは、よいペースで食べるのが、ベスト!	便秘だと、のりものよいしやさいよ。ウンチをして、でかけよう!!