

しんねんど 新年度が始まり1ヶ月がたちました。あたらしい せいかつ 生活にもなれてきましたか。
これからだんだん ひざし があつくなつてきます。まだまだ だいじょうぶ おも 大丈夫と思いがちですが ねっちゅうしょう き 熱中症に気をつけなければいけません。「のどがかわいたな」と思う前に おも まえ すいぶん 水分をしっかりととりましょう。



がつ ほけんもくひょう からだ み まわ
5月の保健目標 「体や身の回りをきれいにしよう」

身の回りのせいけつに気をつけよう

ひ ごとに ひざし が強くなり、あせ ひ ふ 汗ばむ日も増えてきましたね。そと あそ ぶ こと も 増え、からだ がよごれやすくなる季節です。まいにち の生活で、つぎのことが守られているか、チェックしてみましょう。できいれ ば、くち の中にチェックをしましょう。

身の回りのせいけつチェック!

ハンカチ、ティッシュをいつも持っていますか?



しょくじ まえ 食事の前は、せっけんで手をあらわして洗っていますか?



あたま け まいにちあら 頭の毛を毎日洗っていますか?



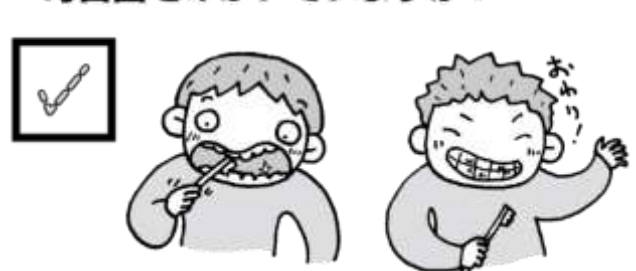
したぎ 下着をきちんとつけていますか?



まいにちはい お風呂に毎日入っていますか?



まいにち は 毎日歯をみがいていますか?



おうちの方といっしょによみましょう。



楽しくすごすために…乗りものよい予防



こんな方法もあります！
●乗りものよいにきくツボ



内関（ないせき）
手首中央から
下にゆび3本分

・のる前によくもむ。またはボールペンなどで軽くつついておく。
・乗りものにのっている時に、具合がわるくなったら親指で強めに押す。

お誕生日おめでとう



新体カテストで50m走が去年より速く走れるようにがんばります！

保健・給食・清掃委員会



今年度から委員会が3つに分かれ、「保健・給食・清掃委員会」ができました。1学期のメンバーは〇〇さん・〇〇さんです。

4月には1年生へのそうじの仕方について説明をしました。「ほうきの使い方のいい例と悪い例をしよう」など考えながら発表しま



5月の保健行事

- 5月 8日 体重測定（4・6年生）
- 5月 9日 体重測定（1・3年生）
- 5月 17日 耳鼻科検診（全学年）
- 5月 17日 尿検査（全学年）

- 5月 21日 心電図検査（1年生）
- 5月 22日 血液検査（4年生）
- 5月 22日 内科検診（全学年）

（ご家庭での御協力お願いします）

（5月10日に結核検診問診票を配付します。）

ご記入よろしくお願ひいたします。）