

げんきいちばん



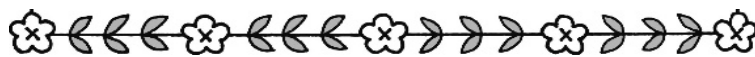
しんがっき はじ いっかげつ あたら
 新学期が始まって、一か月がたとうとしています。みなさん、新しい
 かつどう
 活動をいっしょうけんめいがんばっていますね。いつもとちがうことや
 あたら はじ しぶん き つか
 新しいことを始めたときは、自分でも気が付かないうちに疲れてしまう
 ことがあります。『早ね・早おき・朝ごはん・排便』をこころがけて、
 まいにちげんき す
 毎日元気に過ごしていきましょう。

もうすぐ運動会！ げんき さんか 元気に参加できるよう、準備をしよう！！

1. 早ね早おきをしよう
ひるま 昼間にパワーが出せるように、
はや 早くねてパワーをためよう。
2. 朝ごはんをしっかりと食べよう
あさ 朝はおなかも あたま 頭もエネルギー
き 切れ。 からだ 体にエネルギーをあげよう。
3. つめ・くつを確認しよう
かくにん つめを切る、自分に合った
あ くつを正しくはくなど、け
た がをふせごう。



5月・6月の健康診断の日程

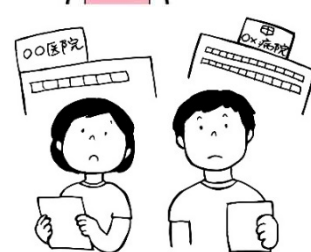


5月	6(木)	眼科検診	全学年
	21(金)	尿検査2次	該当者には、お知らせします
	25(火)	歯科健診①	2、3、5年
6月	4(金)	歯科健診②	もちの木、1、4、6年

がっ ほけんかんけい ちょうさひょうとう
 4月は、保健関係の調査票等
きょうりょく
 ご協力ありがとうございました！



けんこうしんだん けっか けんさ ちりょう ひつよう ひと うたが ひと
 健康診断の結果、検査や治療が必要な人、その疑いがある人
 には、「健康診断結果のお知らせ」をお渡しします。お知らせの用紙
う を受け取った場合は、用紙を持って医療機関を受診しまし
しん しょう。
じゅしん 受診したら、用紙を担任に提出してください。



がっ ほけんもくひょう せいかつ
5月の保健目標 「生活のリズムをととのえよう」

はやね はやお あさ はいべん まいにち き じかん き
 早寝・早起き・朝ごはん・排便は、毎日できていますか？決まった時間に、決まっ
 こうどう つづ からだ なか せいかつ まいにちげんき す
 た行動を続けていくと、体の中の生活のリズムがととのい、毎日元気に過ごすこと
 ができます。

