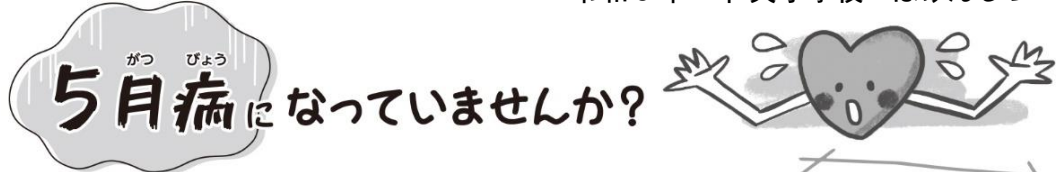




令和5年 中央小学校 ほけんしつ

あたがくねん かけつ
新しい学年になって1ヶ月がたちました。ゴールデンウィークはゆっくりできましたか？
あつがつ
暑さや4月からのがんばりのために、つかれがでてくるかもしれません。
たいせつ はや
「がんばること」とおなじくらい、「やすむこと」も大切です。つかれたときは早めにねましようね。



こんなことをしてみましょう

- なに かんが じ かん つく ぐっすり眠る (Think of time to sleep peacefully)
- しんらい ひと そうだん 信頼できる人に相談する (Consult with someone you trust)
- 好きなことをする (Do what you like)

2023	5月			
げつ	か	すい	もく	きん
8	9	10	11	12
	耳鼻科健診 (5・6年生)	心電図検査 (1年生のみ)	内科・結核・運動器健診 (5-1、6年生)	
15	16	17	18	19
	耳鼻科健診 (3・4年生)	【ないか・じびか】 髪の長い人はむすんできてください	内科・結核・運動器健診 (2-1、3年生)	
22	23	24	25	
尿検査①	尿検査①(予備日)	【がんか】めがねがある人は もってきてください	【ないか】 前屈をします 練習しておいて ください	
29	30	31	6月 1	2
	耳鼻科健診 (1・2年生)		内科・結核・運動器健診 (1年生、2-2)	



うんどうかい れんしゅう
～運動会の練習がはじまります～

すいとう あせ
水筒や汗をふくタオル、ハンカチをもってきてましょう。

もし、水筒をわすれたり、のみものがなくなったら

職員室で声をかけて、給水器から水をいれてください。



あつ 暑さ対策

通気性のよい服や下着で調節

帽子で直射日光を避ける

こまめな水分補給

タオルで汗を拭く

疲れたら休む



日差しがきつく、暑い日が
多くなってきました。しっか
り対策をして、熱中症を予防
しましょう。

保護者の方へ 書類の提出にご協力いただき、ありがとうございました。

健診の結果、所見のあるお子様にのみ「結果のお知らせ」をお渡しします。

すでに受診済み、定期的に通院中の場合は、保護者の方がその旨をご記入ください。

また、学校での健診は、病気の「疑い」があるかを発見するもので、専門医との結果が異なる場合がございます。