

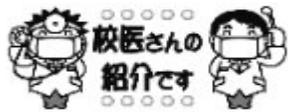
# ほけんだより5月

令和元年 山崎小学校 ほけんしつ

新学期がスタートして、1ヶ月が経ちましたね。新しい環境にも少しずつ慣れてきたところではないでしょうか。5月は緊張が緩み、疲れが出たり、ケガが増えたりする時期です。生活リズムを整えて、体調管理をしっかりし、毎日元気に過ごしましょう。

## 5月の検診予定

8日	内科検診 (5年生)	13日	内科検診 (4年生)
14日	内科検診 (6年生)	14日	尿検査1次 (全校児童)
15日	尿検査1次予備日 (全校児童)		
22日	内科検診 (3年生)	27日	内科検診 (2年生)
28日	尿検査2次	29日	尿検査2次予備日
29日	眼科検診 (2年生)	30日	耳鼻科検診 (1・3・5年生)



校医さんの紹介です

内科：島田 博先生、木下 智弘先生  
 眼科：大谷 篤史先生 耳鼻科：藤原 啓次先生  
 歯科：西野 孔先生 薬剤師：小谷 武司先生

## からだをキレイにしましょう ✨

### はみがきをしっかりと

- 「みがいた」よりも「みがけた」を心がけて。
- 食後はなるべく歯みがきをしましょう。
- ねる前も忘れずに。



### 食事の前や外から帰ったら、うがい・手洗いを忘れずに

- 手はきちんとせっけんを使って洗おう。



### かみの毛・からだをいつも清潔に

- 毎日お風呂に入って、きれいに洗おう。



### ハンカチ・ティッシュは、いつも必ず身につけて

- 汗をかいたら、すぐにふきましょう。
- 鼻をかむときは、静かに片方ずつ。



### つめは、あまりのばさず、いつもきれいで

- 長いままだと、ケガをすることがあります。
- つめあかには、バイキンがいっぱい。



## おうちの方へ

健康診断の結果のお知らせを随時、配布させていただきます。

(受診の必要のない児童には、配布しません。)

受診の必要がある方は早めに受診し、受診結果の用紙を学校へ提出してください。ご多忙の中ですがご協力をよろしくお願いいたします。