

ほけんだより

NO. 2



令和 7 年 5 月 8 日
練馬区立旭町小学校
養護教諭

1・2年生のみなさんは おうちのひとと いっしょに よみましょう。

新学期が始まって1か月がたちました。

自分でも気がつかないうちに、つかれがたまっている人も多いと思います。

4月は、^{はつねつ}発熱や^{おうと}嘔吐で学校をお休みする人も多かったです。

食事やすいみんをしっかりとって、生活リズムをととのえましょう。

5月中旬～下旬の健康診断予定

一度しかない検診もありますので、なるべくお休みのないようにしてください。

5月9日（金） 内科検診②【2・5・6年生】13：10～

体育着を持ってきてください。髪の毛の長い人は結んできてください。

5月15日（木） 歯科検診①【2・3・6年生】13：10～

検診当日は、きれいに歯みがきをしてきてください。

5月19日（月） 眼科検診【全学年】13：10～

前髪が目にかかっている人は結んできてください。

5月22日（木） 歯科検診②【1・4・5年生】13：10～

検診当日は、きれいに歯みがきをしてきてください。

5月27日（火） 心臓検診【1年生】8：55～

体育着を持ってきてください。

身のまわりの清潔を保とう！

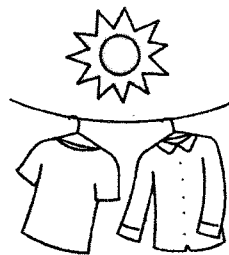
こちよいシーズンを快適に楽しむために、身のまわりの清潔にも気を配ってくださいね。



脱ぎ着のしやすい服
を選んで、急な気温
の変化に対応しよう。



清潔なハンカチやタオ
ルを持ち歩いて、汗の
しまつはしっかりと。



気温も上がり、汗ば
む季節。下着やジャ
ーなど
ジ等はこまめに洗濯。



清潔な服のほうが汗
の吸収もよく衛生的
で気分もよいね。