そろそろう。一進級から1か月過ぎます。新しい装罐や学習はどうですか? みんなが頑張っている。とうそろ繁張が解けて、 っかれがでてくる時期です。自分の心や体を大切に、過ごしていきましょう。

### ほ け んかんけいぎょうじ 5月の保健関係行事

9 日 (木)内科検診(1,3,6 年生+前回欠席者)

15 日(水) 歯科検診(1,3,5 年生+前回欠席者)

16 日(木) 尿 検査予備日(全学年)

21 日(火)耳鼻科検診(全学年)

28日(火)眼科検診(全学年)

29 日(水) 尿検査2 次(対象者のみ)





いつから

どんな ふうに



どうして

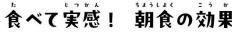
保健室に来た時に、 「なんか分かんないけど痛い。」 「(どこにぶつけたか) 気れた。」 と言う子がいます。

たな たぼく **同じ打撲(だぼく)でも** どんなところにぶつけたのかで、

手当てが変わります。

自分のけがや具合の悪さは、 **く ナニ → L**曽分で説前できるようにしましょう。

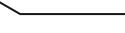




ぜひ食べて実感してみませんか。











# 朝ごはんは元気に過ごす秘訣

や休みが終わり、4校時ごろになると、保健室には、 頭が痛い人や気分が優れない人が増えます。 その子たちに、「韓ごはんは食べたかな?」と聞くと、 「おなかすいてなかったからたべなかった。」 「昨日夜童かしして、猿野したから食べる時間がなかった。」 と、

韓ごはんを食べていないことが多いです。 午前中のうちにエネルギー切れになってしまいます。 これから暑くなると、熱中症にもなりやすくなります。

## 保護者の方へ

一汁三菜など栄養価の高いものが理想ですが、まずは包丁 を使わず、子どもも食べやすいバナナやヨーグルトだけでも 食べてから登校できると、お子さんが学校で元気に過ごせる と思います。この機会に、お子さんと朝ごはんについて 話してみてください。