

ほけんだより

令和6年5月 一宮小学校 保健室

あたらしいがくねんになって1かづがたちました。4月に頑張ったり緊張したりしたぶん、5月は疲れが出やすいです。こまったな、元気がでないな、というときは、おうちの人や先生に伝えてください。5月はお休みの日が多いので、生活リズムも崩れやすいです。お休みの日も、はや早おきをして元気に過ごしましょう。



な慣れてきたころ注意報 ちゅういほう はつれいちゅう 発令中!

あたらしいがくねんやせいけつになれてきたころ... こんな人はいませんか。




じこ事故にちゅうい注意!

くるまは急に止まれません。ほかの人の迷惑になっているかもしれませんね。楽しい登下校中も、しっかりまわりを確認しながら歩きましょう。





ケガにちゅうい注意!

ろうかを走ると、自分だけではなく、友だちにもケガをさせてしまうかもしれません。休み時間が終わるときや授業で移動するときも、時間に余裕をもって動きましょう。

ことば言葉づかいにちゅうい注意!

なかのいい友だちでも、言われて傷つく言葉があります。いやな思いをさせてしまったときは、すなおに「ごめんなさい」と言しましょう。



5月のほけん目標「身だしなみに気をつけよう」



てあし つめ 手足の爪

じぶんやともだちを傷つけないよう、短く切っておきましょう。



したぎ 下着

あせをすって、からだの清潔を保つてくれます。毎日取りかえましょう。

てあらいをマスターしよう!

てあらいをすることは、かぜやインフルエンザ、新型コロナウイルス感染症、食中毒などの予防に効果的です。外から帰ったときや食事の前には、石けんで手を洗いましょう。

- 1 手をぬらし、石けんを手のひらにとる
- 2 手のひらを合わせてよくこする
- 3 手のこうを洗う
- 4 指先とつめを洗う
- 5 指の間を洗う
- 6 親指を洗う
- 7 てくびを洗う
- 8 みずながで流し、清潔なタオルなどでふく

© 少年写真新聞社 2024

5月の保健行事

おたよりをおうちの人と確認しましょう。

- | | |
|-----------------|---------------|
| 5月14日(火) 尿検査1回目 | 15日(水) 耳鼻科健診 |
| 22日(水) 内科健診 | 23日(木) 眼科健診 |
| 24日(金) 心電図検査 | 31日(金) 尿検査2回目 |

