

ほけんだより

つかれた時は休みましょう！

新しい環境になって1か月がたちました。みなさん、新しい環境にはなれてきましたか？それともがんばりすぎて、そろそろつかれてしまった人はいませんか？もうすぐ10日間のゴールデンウィークですね。この長い休みを利用してゆっくり休んでくださいね。

そして、休み明けには運動会があります。すてきな運動会になるように、みんなで元気にがんばりましょう。

5月号
平成31年4月25日
十四山西部小学校保健室

保健目標
からだ
体や衣服をきれいにしよう

交通安全のまもりをせよう
あんぜんもくひょう
安全目標

＜今月の保健行事＞ 健康診断はまだ続きます！

5/7 (火)	発達測定	2・3・4年
5/8 (水)	発達測定	1・5年
5/9 (木)	歯科検診	全学年
5/10 (金)	発達測定	6年
5/21 (火)	尿2次検査	対象者
5/23 (木)	耳鼻科検診	全学年
5/27 (月)	眼科検診	全学年



しかけんしん
歯科検診のときの
はいしゃ
ことば
歯医者さんの言葉は

どういう意味かな？



番号
歯は前から順番に1番、2番…と数えます。

ことば
意味を1つでも

おぼ
覚えて検診を受けましょう。



斜線 しゃせん	むし歯になっ 健康な歯	
○ まる	むし歯になっ 治療した歯	
X ばつ	抜いたほう 乳歯	歯医者さんへ！
CO シーオー	むし歯に なりかけの歯	要注意
GO ジーオー	歯ぐきの 軽いはれ・出血	要注意
C シー	むし歯	歯医者さんへ！
G ジー	歯肉炎 歯周炎	歯医者さんへ！

もうすぐ運動会です！ 体調管理に気を付けましょう。

5月の保健目標はからだや衣服をきれいにしようです。



しっかり準備運動をしよう



タオルで汗をふこう



つめを切っておこう



ぼうしをかぶろう

運動の後には必ず水分をとりましょう。

＜保護者の方へ＞

この時期はいつもより多めの水分を

持たせていただきますよう、お願いします。