

ほけんだより

とき やす
つかれた時は休みましょう！

あたら かんきょう げつ
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
なが やす りよう やす
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
うんどうかい
運動会になるように、みんなで元気にがんばりましょう。

がつごう
5月号
へいせい ねん がつ にち
平成31年4月25日
じゅうしやませいいぶしやうがっこうほけんしつ
十四山西部小学校保健室

からだ いふく からだ いふく きらいにしよう	ほけん もくひょう 保健目標	こうつう あんぜん 交通安全のきまりをせもう	あんぜん もくひょう 安全目標
-------------------------------------	----------------------	------------------------------	-----------------------

こんげつ ほけんぎようじ <今月の保健行事> けんこうしんだん 健康診断はまだまだ続きます！

5/7 (火)	はついくそくてい 発育測定	2・3・4年
5/8 (水)	はついくそくてい 発育測定	1・5年
5/9 (木)	しかけんしん 歯科検診	ぜんがくねん 全学年
5/10 (金)	はついくそくてい 発育測定	6年
5/21 (火)	にょうじけんさ 尿2次検査	たいしやうしゃ 対象者
5/23 (木)	じびかけんしん 耳鼻科検診	ぜんがくねん 全学年
5/27 (月)	がんかけんしん 眼科検診	ぜんがくねん 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？



ばんごう
番号
はまえ
じゆんばん
ばん
ばん
かぞ
歯は前から順番に1番、2番…と数えます。

ことば
いみ
言葉の意味を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 になったことがない 健康な歯
○ まる	むし歯 になったけれど 治療した歯
X ばつ	ぬ 抜いたほうがいいかもしれない 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 かる 軽いはれ・出血 要注意
C シー	むし歯 歯医者さんへ！
G ジー	しにくえん 歯肉炎 しじゅうえん 歯周炎 歯医者さんへ！

うんどうかい もうすぐ運動会です！ たいちやうかんり 体調管理に気を付けましょう。

がつ ほけんもくひょう
5月の保健目標はからだや衣服をきれいにしようです。



じゅんびうんどう
しっかり準備運動をしよう



あせ
タオルで汗をふこう



き
つめを切っておこう



ぼうし
帽子をかぶろう

うんどう
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。