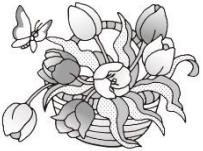


令和3年4月13日 白山市立北陽小学校 保健室

あたら がくねん はじ
新しい学年が始まりましたね。新しいクラスになって、ドキドキ・ワクワ
クしている人も多いと思います。早ね・早起き・朝ごはんで生活リズムをし
っかり整え、今年度も元気な毎日を送りましょう。



4月の保健目標

じぶん からだ 自分の体をよく知ろう



ことし じぶん からだ せいちょう し
今年も、自分の体の成長を知ったり、学習や運動などの学校生活を送るときに



ちゅうい しら けんこうしんだん はじ
注意することができないかどうかを調べる健康診断が始まっています。

・身体計測 → ぐんぐん成長する体の様子を知る

・視力・聴力・運動器検診 → 学習や運動に十分な力を發揮できる状態を調べる

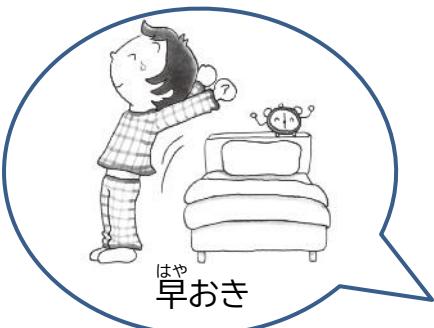
・眼科・歯科・耳鼻科・内科・心電図・尿検査 → 体の不調につながる病気がないか調べる

じぶん からだ し
自分の体をよく知ることは、自分の体を大切にすることにつながります。



じぶん からだ たいせつ けんこう せいかつ おく
自分の体を大切にして、健康な生活を送るために、今年の健康診断も

しっかり受けましょう。



いま
今がチャンス！
ポイントはここ！

いい生活リズムをつくろう！



ほけんだよりとほけん室をよろしく お願いします

養護教諭の高橋です

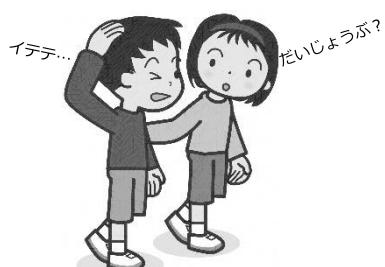
「ほけんだより」は、保健室の高橋先生からみなさんへのお手紙です。書いてあるのは、体と心についてのお話です。みんながずっと元気でいるために知っておいてほしいことをたくさんお届けするので、しっかり読んでくださいね。

保健室はみんなの健康をいっしょに考えていくところです。体や心のことを話したいと思ったら、保健室に来てくださいね。

こんなときは ほけんしつ 保健室へきてね！



おぼえてね！ ほけんしつ 保健室のやくそく



ケガをした人がいたら、見て
いた人はだれか一人つきそつ
てあげてくださいね