

元気のたね

高森中央小学校 保健室

令和5年5月29日 No. 5

文責：内野



運動会お疲れ様でした。練習の成果を発揮してみんな輝いていました。疲れをしっかりとって勉強に運動に元気に過ごしていきましょう。



前々号でお知らせした「熱中症予防」も頑張ってください。

日本気象協会
暑熱順化・熱中症予防についてはこちらから



胃腸炎・インフルエンザに 気をつけましょう

本校でも先週から胃腸炎の症状の人が増えてきています。また阿蘇郡市内でもインフルエンザが増え始めています。こまめな手洗い、換気、必要に応じてマスクの着用など、感染症予防も心がけましょう。

6月の保健目標

☆ 歯を大切にしよう。
☆ 熱中症を予防しよう。
水分は、
のびが渴ぐ前にとりましょう。



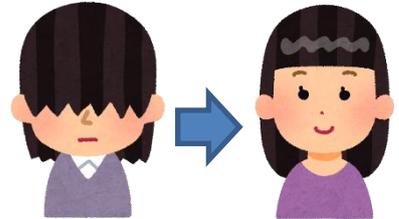
5月30日（火）眼科検診があります

- 1 場所 : 保健室
- 2 担当医 : 眼科医 草村 先生
- 3 開始時刻 : 9時00分～
- 4 順番

6の1→6の2→5の1→4の1→4の2→3の1→2の1→2の2→1の1

5 気をつけること

- ① 前髪が目にかからないようにします。
前髪が長い人は留めるか結ぶかしておきましょう。
- ② メガネを使っている人は持ってきてください。
- ③ 静かに待ちます。
- ④ 先生の前に立ったら、名前を言います。
- ⑤ 検診が終わったら静かに教室に戻ります。



裏には 5月31日(水)の内科検診について載せています。

5月31日（水）内科検診があります

- 1 場所 ばしょ : 保健室 ほけんしつ
- 2 担当医 たんとうい : 吉見先生 よしみせんせい
- 3 開始時刻 かいしじこく : 13時30分～
- 4 順番 じゅんばん
1の1→→2の1→2の2→3の1
- 5 気をつけること き
 - ① 体育服で受けます たいいくふく
 - ② 静かに待ちます。 しず
 - ③ 先生の前に立ったら、名前を言います。 せんせい まえ た なまえ い
 - ④ 検診後は静かに教室に戻ります。 けんしんご しず きょうしつ もど



ないかけんしん けっかくけんしん うんどうきけんしん
 内科検診は結核検診・運動器検診を
 いっしょ おこな
 一緒に行います。



5月31日は

世界禁煙デー



♥元気になる言葉♥

したをむいていたら
 にじみを見つけることは
 絶対にできないよ

チャールズ・チャップリン

