



国頭村立安波小学校
保健室
令和6年5月7日

新学期が始まって1ヵ月……。新しい環境にも慣れてホッとするこの時期は、今まで緊張していた分の疲れが出やすい時期でもあります。規則正しい生活習慣を心がけるとともに、疲れを感じたら早めに休養しましょう。

今月の保健目標

自分の健康に

かんしんを持とう

清潔度をチェックしよう!

あなたは、いくつ「0」をつけられるかな? check! check!

いつもハンカチとティッシュを★もっている ☐	ツメは短く切っている ☐	食事の後は歯みがきをしている ☐	お風呂に毎日入っている ☐	外から戻ったら、手洗い・うがいをしている ☐
前髪は目に入らないようにしている ☐	耳のそうじも忘れずにやっている ☐	下着をちゃんと着ている ☐	〇の数が7~8個 とても清潔な生活が送れていますね。これからもこの調子でね! 〇の数が4~6個 ますますです。忘れがちな項目をこれからは気をつけよう! 〇の数が0~3個 まずはやれそうな項目から、できるようにしていこう!	

♪ 5月の行事予定 ♪

5/2 (金)

へき地3校集合学習

5/14 (水)

内科検診

スクールカウンセラー訪問

SSW、臨床心理士訪問

5/15 (木)

不審者対応訓練

5/16 (金)

ブラッシング指導

5/28 (水)

授業参観

5/30 (金)

魚さばき体験

雨や湿気の多い日が続きはじめしていますね。雨の日は地面がぬれていたり、土がぬかるんです。べりやすくなっています。転んでけがをしないように考えて行動しましょう。

嫌われがちな雨ですが、雨音や生き物などを観察して楽しみましょう。



学校へ行く前に

朝の元気チェック

頭痛、腹痛、お腹痛い、おなかが痛い、おなかがすいたか? ☐	きのうの夜はよく眠れましたか? ☐
せき、のどの痛みはないですか? ☐	体がだるかったり、重かったり、しませんか? ☐
朝ははじけたり、元気があったか? ☐	なやみや心配などはありますか? ☐

◎この他にも気になることがあったら、おうちの人に伝えよう。必要なときには、無理をせず休むことも大切です!

健康診断が始まっています



視力検査



歯科検診



聴力検査

最初はちょっとこわかった～



心電図検査 (1年生のみ)



いつもの歯医者さんだ！
昨日も会ったよね！

検査終了後、検査結果を各家庭へ配布していますのでご確認ください。

受診・治療が必要な場合はなるべく早めに医療機関へご受診ください。

気になることがあれば、いつでも問い合わせください。



耳鼻科検診



去年よりどれくらい身長伸びてる？

身体測定



交通安全教室



スクールカウンセラー

喜屋武 幸(みゆき)先生

～R7年度 来校日～

5/14	(水)	9:00～12:00
6/18	(水)	9:00～12:00
9/3	(水)	9:00～12:00
10/30	(木)	9:00～12:00
11/20	(木)	13:00～16:00
12/2	(火)	9:00～12:00
1/8	(木)	9:00～12:00
2/3	(火)	9:00～12:00

児童・保護者・親子など…どのような形でも、気軽に相談することができます。悩みや相談、困っていること、気になっていることなどがあれば、ぜひご活用ください。

