

にこにこ

◎ 5月号
古舟別小学校
R8.5.7

新しい学年が始まって、あっという間に1か月がたちました。

みなさん、GWはどんなふうに過ごしましたか？

4月は新しい環境の中でたくさんがんばったぶん、5月は

なんとなく体がだるく感じたり、勉強に集中しにくくなったり

することがあるかもしれません。これから元気に過ごす

ために、正しい生活リズムを意識しましょう。

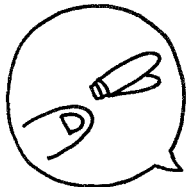


5月の保健目標

身のまわりをせいけつにしよう！

身のまわりをせいけつに
して、毎日気持ちよく
過ごそう！

☆ つめを
き
切ろう！



☆ 手を
あら
洗おう！



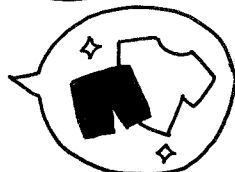
☆ お風呂に
はい
入ろう！



☆ 歯みがきを
しよう！



☆ せいけつな
服を着よう！



☆ ハンカチ
ティッシュを
も
持とう！



あなたはどっち??



Q 今の自分はどっちかな？

☺ 口をとじている

くち
口をとじて
はな こきゅう
鼻で呼吸
している。

OR

☹ 口があいている

くち
口があいている
ひと くちこきゅう
人は「口呼吸」
になっているかも

くち こきゅう
口呼吸が続くと...

のどが かぜを 虫菌が 菌ならびが
かわきやすい ひきやすい できやすい わる
悪くなることも



くち ほな こきゅう
口をとじて、鼻で呼吸をしよう!!

保護者の方へ

本日、健康診断に関するお知らせを配付させていただきました。受診が必要とされた場合は、早めの受診を御検討いただけますと幸いです。

なお健康カードにつきましては、全ての結果が、そろい次第、配付とさせていただきます。

ご不明な点等ございましたら、学校まで御連絡ください。