



5月ほけんだより



高松市立松島小学校 第3号 平成20年5月7日 発行

新学期が始まり1ヶ月が経ちました。5月は、入学・進級して新しい生活に慣れて一段落する頃ですが、知らず知らずのうちに蓄積されていた、心身の疲れが出てくる時期でもあります。「疲れたようだ」と感じたら、休養をしっかりとるようにさせてください。生活リズムを整えて、ますます元気よく学校生活が過ごせることを願っています。



いくつかあてはまりますか？

睡眠時間を十分とっていますか？ 	3度の食事はきちんと食べていますか？ 	適度からだを動かしていますか？ 	心とからだの疲れ、上手にとっていますか？
---------------------	------------------------	---------------------	--------------------------

1つでも多くあてはまるようにしてください。



5・6月の保健行事



眼科健診	5月 7日 (水)
検尿検査	5月 8日 (木)
内科健診	5月12日 (月) 2. 5. 6年生 5月26日 (月) 1. 3. 4年生
歯科健診	5月14日 (水) 6年生、5白 5月21日 (水) 5赤、4年生 6月11日 (水) 1年生 6月18日 (水) 2年生 6月25日 (水) 3年生
心電図検査	1年生対象 5月22日 (木)

健康診断で"何か異常が見つかった人は..."

結果のお知らせをプリントしてお届けしますので、必ず見せるようにしてください。

あーらー もらったー

早めに病院へ行って、検査・治療を受けましょう。

お願いします... どういたの？

※ 4年生と5年生の内科健診の日程を変更しています。ご注意ください。