



内科健診を行います

内科健診の日にちが決まりました。あさひ小児科クリニックの旭悦子先生に2日間来ていただきます。

7月27日(月) 1・3・5年生

7月31日(金) 2・4・6年生

事前に問診票(2種類)の記入をお願いします。問診票を確認しながら健診を行いますので、記入もれなどないようによろしくお願いします。

問診票の提出は、
7月13日(月)まで
お願いします。
「保健関係書類」の
茶色封筒に入れて
返して下さい。

つかれが出てくるころ!?

最近、「きつい」「頭が痛い」など、体の不調を訴えて来る人が増えてきました。学校再開から1ヶ月が過ぎ、子供ながらに疲れを感じているのでしょうか? 暑さと湿気も重なり、不快指数が高くなるこの時期、やはり大切なのは、規則正しい生活です。例年よりも長い1学期になりますので、暑さに負けない体づくりを心がけて生活しましょう。

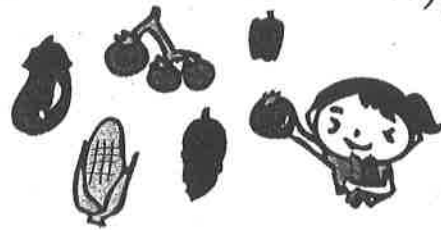


ストップ なつ しょくせいかつ
STOP 夏バテ! あつさにまけない食生活

朝・昼・夜きちんと食べよう。



夏野菜にチャレンジしてみよう。



甘いもの・冷たいものは控えめにしよう。



水分補給は水やお茶でしよう。



わずれものは、ありませんか?

もう一度確認をお願いします。

ぼうし



休み時間
など、外に
出るときに
必要です!

水とう



昼休みの後まで
飲めるように、たっぷり
持ってきましょう。

タオル
(ハンカチ)



手洗いの後に使う
ものと、汗ふき用のもの
と使いわけましょう。

マスク



マスクわずれが
増えています!

ランドセルに予備のマスクを
入れておきましょう。

健康観察カード



体温の記入と保護者
のサインをわずれずに
お願いします。



内科健診を行います

内科健診の日にちが決まりました。あさひ小児科クリニックの旭悦子先生に2日間来ていただきます。

7月27日(月) 1・3・5年生

7月31日(金) 2・4・6年生

事前に問診票(2種類)の記入をお願いします。問診票を確認しながら健診を行いますので、記入もれなどないようによろしくお願いします。

問診票の提出は、7月13日(月)までにお願いします。「保健関係書類」の茶色封筒に入れて返して下さい。

つかれが出てくるころ!?

最近、「きつい」「頭が痛い」など、体の不調を訴えて来る人が増えてきました。学校再開から1ヶ月が過ぎ、子供ながらに疲れを感じているのでしょうか？暑さと湿気も重なり、不快指数が高くなるこの時期、やはり大切なのは、規則正しい生活です。例年よりも長い1学期になりますので、暑さに負けない体づくりを心がけて生活しましょう。

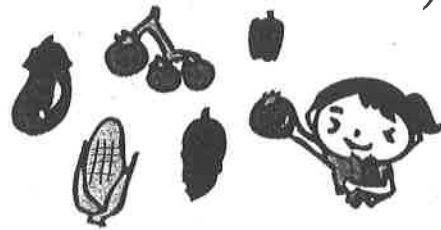


ストップ なつ **STOP 夏バテ!** あつさにまけない食生活 しょくせいかつ

朝・昼・夜きちんと食べよう。



夏野菜にチャレンジしてみよう。



甘いもの・冷たいものは控えめにしよう。



水分補給は水やお茶でしよう。



わすれものは、ありませんか？

もう一度確認をお願いします。

ぼうし

休み時間など、外に出るときに必要です!



水とう

昼休みの後まで飲めるように、たっぷり持ってきてましょう。



タオル
(ハンカチ)

手洗いの後に使うものと、汗ふき用のものと使いわけましょう。



マスク

マスクわすれが増えています!
ランドセルに予備のマスクを入れておきましょう。



健康観察カード

体温の記入と保護者のサインをわすれずにお願いします。

