

ほけんだより

まはる

H18-5-24
保健室

南部小

新緑がまぶしい 勉強に運動にとよい季節です。
子どもたちは 土曜日の「すもう大会」に向け、「のこった、のこった〜」と
はりきっています。当日 どうぞ 盛大なご声援をお願いいたします。

まだまだ

健康診断が続いています!

5月19日 1~3年生



眼科検診では、校医の鈴木先生より
“眼”の模型をみせていただきながら、

視力を悪くしないために、お話を聞きました。

- ① よくねること
眼をいっぱい休ませる。休学年では9時にはねよう。
- ② ゲーム、/日30分まで
30分をこえると、眼が疲れてしまう
- ③ 近くでテレビを見ない。
お母さんがねそべった位の距離をとろう

見る・見える...ためには、脳と同じくらいのたくさんの
エネルギー(栄養)を使っているのだそうです。
いろいろな情報が“眼”から入ります。これからも、大切に
していきたいですね。

《これからの予定》

- 5/25(木) - 明日は尿検査です。
- 5/26(金) 3・4年産科検診 ◎朝起きて1番の尿をとる。
- 6/1(木) 1年心電図
- 6/8(木) 耳鼻科検診 腎臓、ぼうこう、糖尿などの病気や異常がないか調べます。
- 6/23(金) 6年食血検査



すもう大会
練習の成果が
十分たせるように

- 早目にふとんの中へ、ぐっすり眠って
- 朝ごはんをしっかり食べて
- 手・足のつめはだいじょうぶ?
のびていませんか。

検診・検査の結果で
異常のある場合は「受診のすすめ」用紙をお届け
します。早目に専門の医療機関に受診してくだ
さるよう、お願いいたします。