

ほけんだより

釧路町立富原小学校
ほけんだより
2024. 5.16

4・5月のほけんもくひょう じぶん 自分のからだをよく知ろう し

ないかけんしん ふくそう ねが 内科検診の服装についてのお願い

こんねんど 今年度の内科検診が5月22日から2学年ずつ行われます。

こんねんど 今年度の内科検診より衣服をまくり上げずに、

ふく 服の中に聴診器を入れて内臓の動きを検査していただくこと変わります。

けんしんとうじつ 検診当日は素肌すはだに

ゆとりのある服・長すぎない服

(チュニックやワンピースは×)

とうこう で登校するようにお願いします。

いしや お医者さんの判断で検診に支障がある場合や

ひふじょうたい 皮膚状態の確認が必要な場合などには、

じゅうらいどお 従来通りまくり上げての検診となります。

こうがくねん 高学年の女子についてはスポーツブラの着用のまま

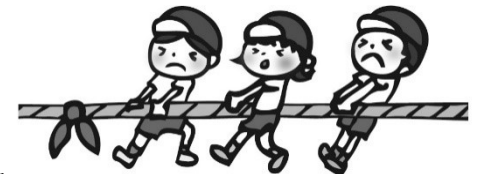
での検診を許可していただきました。

スポーツブラ、ブラトップなど、聴診器の当てやすい

せぼね 背骨の様子ようすがわかりやすい下着の着用をお願いします。



さいきん 最近、いろいろな時間によさこいの音楽 おんがく
が聞こえてきます。運動会の練習が始まりましたね。晴れた日にはグラウンドで うんどうかい 運動会の練習 れんしゅうが はじ始まり はじましたね。晴れた日にはグラウンドで れんしゅうの練習もふえてきます。



たいちよう 体調をくずさないように早ね・早起き・朝ごはん・朝うんち、そして暑さ あさを れんしゅういさくもしながら練習しましょう。



ぼうし
すいとう



あせふきタオル

もっているだけでは、水分ほきゆうできません

そして……暑いと感じたら、まずジャージなどの上着をぬごう！

暑いと感じたら、まずマスクをとろう！

こうがくねん 高学年のみなさんは、どうするとよいか、自分で考えて行動しよう！

なが 長いつめ…
ひっかかっておけちゃったり

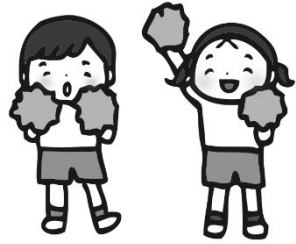
さいきん 最近、気になっています



ほどけたくつひも…
ふんずけて、おとっと

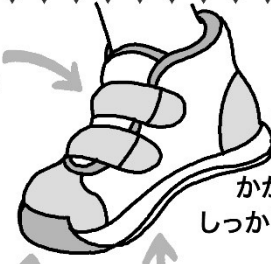
ケガするまえに、ととのえましょう





くつをえらぶ時のポイント

あし
足にあわせて
ひもやマジック
テープで
ちょうせつ
調節できる



かかと部分が
しっかりしている

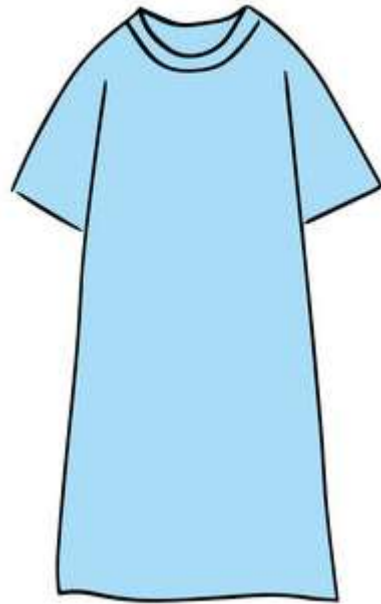
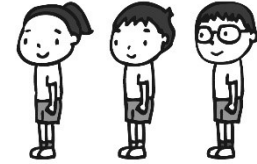
つま先がひろく、
指をうごかす
よゆうがある

足の指が曲がる
位置でくつ底も曲がる

がっこうい
学校医さんにあいさつする



じゅんぱんをしずかにまっ



健康診断の髪型に注意してね

