

すこやか



令和6年5月1日
羽生市立村君小学校
ほけんだより

むらきみしょうがっこう
村君小学校のまわりも田うえが始まり、すごしやすい季節になってきました。みなさんは新しい学
ねん
年にはなれましたか？3日～6日はゴールデンウィーク後半です。つかれがたまっている人は、
れんきゅうちゅう からだ やす たいちよう ととの
連休中に体を休め、体調を整えておきましょう。



けんこうしんだん 健康診断をおこなっています



4/9

保健指導「保健室の使い方・きそく正しい生活」
身体測定(身長・体重)



保護者のみなさまへ
健康診断終了後、随時結果をお知らせしております。再検査の場合、早めに専門医に診ていただき、必要な検査や治療を受けていただくようお願いいたします。また、1学期の健康診断終了後、結果をまとめた健康カードをお配りしますのでご確認ください。

4/11

視力検査



4/25

歯科健診



けんこうしんだん
健康診断 まだまだ続きます

- 9日 眼科検診(1年生)
- 20日 色覚検査(4年生希望者)
- 28日 尿検査2次

けんこうしんだん けっか 健康診断の結果から

せいかつ 生活をふりかえろう

しりょくけんさ しりょくさ ひど
視力検査で視力が下がった人

ほんの読み方や、タブレットの使い方を見直そう

- ★ 目から30cm以上はなして使おう。
- ★ 姿勢を正しくして使おう。
- ★ 目をこまめに休ませよう。



しかけんしん き
歯科健診で気になるところがあった人

はのみがきかた みなおそう
歯のみがき方を見直そう

- ★ 食事の後やねる前に必ず歯みがきをしよう。
- ★ 一本一本でいねいに歯をみがこう。



しゆくだい ゴールデンウィークの宿題

6月4日～10日は歯と口の健康週間です。今年度も
むし歯予防の標語を募集します。5月7日(火)まで
に、配付された用紙に標語を書いて提出してくださ
い。標語は、保健室前のろう下に掲示します。

【ルール】

- ①俳句(5・7・5)、短歌(5・7・5・7・7)を基準につくる。
- ②作品は一人一作品(盗作をしない、未発表のもの)
- ③文字はネームペンで書く。
- ④「むし歯」の「むし」はひらがなで書く。



の 物 き つ 乗り物よいに気を付けよう

これから、校外学習や交流会でバスに乗ったり、タクシーで移動したりする回数が増えます。また、ゴールデンウィークに車に乗って遊びに行く人もいかもしれません。乗り物よいをしないように気を付けましょう。

くすり も の まえ くすり
薬を持っていく・乗る前に薬をのむ



しめつけない
ふく き
服を着る



の 物 の 物
乗り物に乗ったら
とほ けしき み
遠くの景色を見る



お感 覚
え て お こ う !

づめの切り方

かたち 形
し かく かど すこ まる
四角く、角が少し丸い
かど まる ひ ふ
角を丸めることで、皮膚
く こ
に食い込みにくくなります。



なが 長さ
つめ ゆび なが おな
爪と指の長さが同じ
ふか
深づめにならないように、
しろ ぶ ぶん すこ こ
白い部分を少しだけ残し
ます。



き 切るタイミング
しゅつかん かい め やす
1週間に1回を目安に
ふる あ
お風呂上がりがおすすめ。
ずいぶん す やわ
つめが水分を吸って柔らか
くなり、切りやすいです。

仕上げに ヤスリがけ
切ったばかりのづめはギザギザで、引っかかり、割れたりしやすい状態。ヤスリでなめらかにしましょう。



ほけんしどう 保健指導をおこないました

ほんねん にとにゅうがく ねんせい といれ てあら は
本年度入学した1年生にトイレ、手洗い、歯みがきのやり方を指導しました。



宝さがし

3つのクイズを解いて、宝箱のカギ(暗号)を手に入れよう!

クイズ 01 ○に入る言葉は?
しょうげきは ひる○すみ コイン
は○のひ みけ○こ

クイズ 02 4つの絵の最初の言葉をつなげると?
① ② ③ ④

クイズ 03 言葉を拾いながら、ゴールにたどり着こう!

まご さ ち よ
き あ はん し
ゴール

げん き
元気なからだ!

カギ(暗号)を入力しよう!
宝箱の中から出たのは...

クイズ01 _____
クイズ02 _____
クイズ03 _____

答えは
はやね・はやおき・あさごはん。
いい生活リズムを作って、
元気に過ごしましょう!