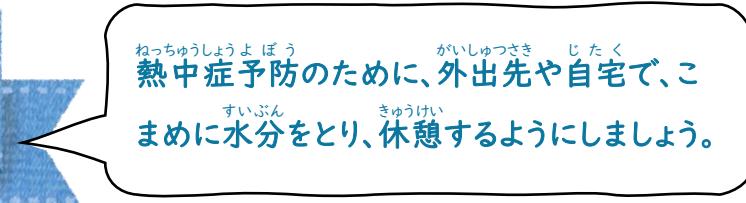
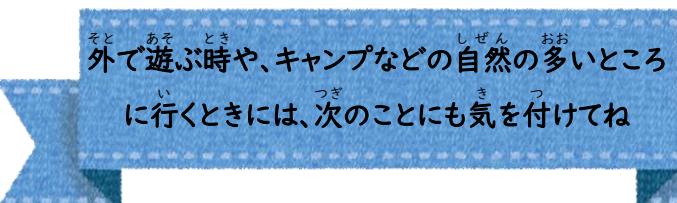
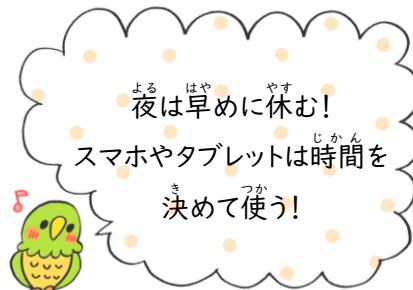
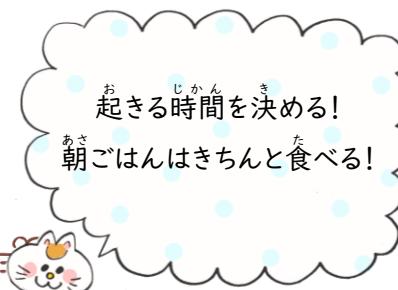


新学期が始まって、約1か月がたちました。そろそろ疲れが出てきていませんか？1年生は毎日新しいことに挑戦したり、たくさんお勉強したりして、がんばっていますね。2年生以上のみなさんは、新しい学年・学級に慣れてきたころでしょうか、連休中は心も体もリラックスしてゆっくり休めるといいですね。

けんこうしんだん やくだ 健康診断を役立てよう

健康診断の結果を少しずつお知らせしています。

健康診断は、体が順調に成長・発達しているかどうか、詳しい検査や治療が必要な病気がかくれていないかなど、みんなの今の体の状態を調べるために行っています。受診のおすすめのお知らせをもらったら、できるだけ早めに専門の病院を受診しましょう。



虫に刺されないように、長袖、長ズボンを身に着け、帽子やタオルで肌の露出を避ける。

日中、外で過ごすときには、帽子をかぶって紫外線対策・熱中症対策を心がける。

脱ぎ着のしやすい服装で、休憩温度を調節しましょう。のどがかわく前に水分補給を。