

# ほけんだより 5月

南花台小学校  
ほけんしつ  
令和5年 5月

## ●今月のほけん目標●

からだ  
**体をせいけつにしよう**



# 清潔の習慣を あたりまえにしよう

- **せっけんで手をあらっていますか。**  
ころなういるすかんせんしやう すく  
 コロナウイルス感染症は少なくなっていますが、ゆだんまだまだ油断しません。  
ころなういるすいがい びやうき よぼう たいせつ  
 コロナウイルス以外の病気の予防にも大切です。
- **ハンカチ、ティッシュ持ってきていますか。**  
はんかち ていっしゅも  
 せっかく洗った手を服あでてふくいてませんか。まいにちあら毎日洗ったハンカチもを持もってきましよう。
- **つめはのびていませんか。**  
つめは、まいにちつめは、毎日のびています。つめをき切るようびをきめてみてはどうでしょう。
- **下着はきていますか。**  
したぎ  
 下着は、寒いときにはあ温あめてくれ、暑いときは、汗あせをすかってからだがべたべたするのを  
ふせ防せいできもちよく生活せいかつできます。
- **お風呂できれいにからだ体をあらっていますか。**

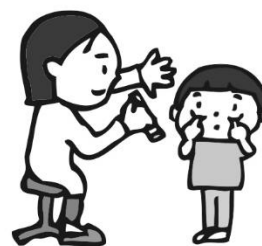
せいけつ しゅうかん み  
清潔な習慣を身につけると、毎日健康にまいにちけんこうすごせるよ

まだまだつづくよ

## けんこうしんだん 健康診断はなんのためするの？

しらべる

びやうき・いじやうがないか



しる

からだのせいちやうのようす



まなぶ

からだ・こころ・けんこうについて



## けんこうしんだん お 健康診断が終わったら、結果から生活をせいかつをふりかえりましよう

けんこうしんだん お健康診断おが終わり、けっかびやういんその結果病院ひとでみてもらってくださいとおたよりをもらった人は、なるべく早く病院に行きましょう。  
がつ はじ6月に始まるプールはいに入れるかどうかも見てもらう必要があります。  
けんこうしんだん けっか けんこうまた、健康診断の結果から、健康きであるためにはどうすればいいのか、き気をつけることがないかをかんが考えてみましょう。



ちやうじかん長時間、  
ゲーム機やスマホを  
つか  
使つかってませんか？



しよくご は食後には歯みがきは  
してしてませんか？



イヤホンなどで  
ちやうじかん おんがく長時間、音楽を  
き  
聞きいてませんか？