

雨が降り続いて、ムシムシした天気が続きますね。早く小笠原らしい、あの太陽と青い海が恋しい今日この頃です。さて、3年生が修学旅行から帰ってきました！全員揃って小笠原に帰ってこられて、ほっとしています。私が修学旅行で気づいたのは、やはり①睡眠をきちんととること、②三食きちんとご飯を食べること、③適度に歩くなどの運動をすること、この3つが健康を保つためにとても重要だということです。勉強や部活、遊ぶのにも、健康でなければ楽しむことはできません。疲れたり、体調を崩したりした時は無理をせずしっかり休んで、上記の3つを心がけてみてくださいね。

健康診断、全項目終了しました！

4月から実施してきた健康診断の全ての項目が終了しました。保護者の皆さま、問診票の記入など、ご協力ありがとうございました。

全ての結果を載せた「健康カード」は、6月末に配布します。確認されましたら、「1学期」欄へ押印の上、学校へ返却をお願いします。返却〆切は6月30日(金)です。

受診したことを意味する「〇〇健診結果のお知らせ」(受診報告書)が、続々と学校に届いています。受診が終了次第、提出してください。

治療・相談するまでが健康診断です。お忙しいとは思いますが、受診が必要となった人は必ず受診してください。また、項目によっては、夏休みに内地で受診する方もいると思います。その場合は、夏休み後の提出でかまいませんので、よろしくお願いします。

6月の保健行事

14日(火) 食育講話

28日(火) お弁当の日



6月の補食内容

14日(火) ヨーグルト飲料

24日(金) パッションフルーツゼリー(ローカルバーカリー)

29日(水) ヨーグルト

~6月の保健目標~

歯と口の健康を考えよう！

4月の眼科健診の欠席者対応について

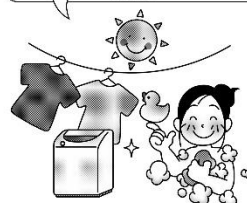
以前お知らせしました欠席者対応の秋の眼科健診は、**10月31日(月)の午前中**に決まりました。時程や場所などの詳細は、また後日お知らせいたします。

相談してね



心までジメジメしていませんか？
辛い気持ちは吐き出してみましょ？

清潔



汗ばむ季節。入浴・衣服の洗濯で
いつもスッキリ気持ちよくすごそ？

感染症予防



ハンカチ・タオルの貸し借り!?
ウイルスの受け渡しになっちゃうよ？

事故防止



滑りやすくなっている足元に注意!
前方をよく確認して歩きましょう？

梅雨時の健康生活