

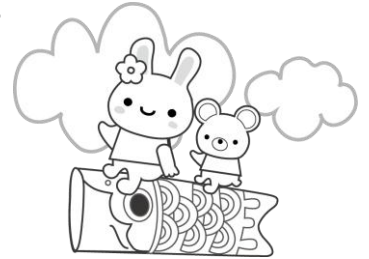
ほけんだより



甲府市立舞鶴小学校保健室 平成26年5月1日 発行

5月5日は「こどもの日」。男の子も女の子も、元気いっばいに幸せに成長するようにと願う日です。

みなさんも自分の命やからだを大切にするとともに、まわりの人も大切に
する心をもってほしいと思います。



5月の保健行事予定

5月2日 (金)

尿・ぎょう虫検査2次
内科検診

1次陽性者・1次未提出者

5月7日 (水)

内科検診

5・6年生

5月9日 (金)

内科検診

3・4年生

5月21日 (水)

心電図検査

1・2年生

1年生



健康診断の結果を
お知らせします
変化に注目!



4月から健康診断を行っています。いくつか終わったものもありますが、まだまだ引き続き残りの検診や検査を行います。

検診・検査の終わったものから、もう一度病院でしっかりみてもらったほうがよいところがあった人には「治療のお知らせ」を渡しています。できるだけ早めに医療機関を受診されることをお勧めします。

なお、お知らせが届かなかった場合、学校での健康診断の結果では異常がなかったこととなります。引き続き健康を維持していきましょう。

新年度がスタートして1カ月、新しい学年やクラスになれてきた一方で、今まで忙しさを緊張でまぎれていたからだやこころの疲れが出てくる時期でもあります。「5月病」という言葉があるように、夢中で過ごしていた4月が終わるくらいに調子をくずすことも多いのです。

ちょうど季節は春から夏へ、暑くもなく寒くもなく、風のさわやかな過ごしやすい季節です。今年は3日から6日までの4日間の連休です。公園で散歩をしてみたり、花や緑の多い所に出かけてみたり、こころもからだもホッとできる、自分なりの過ごし方を見つけてリラックスしてみましょう。



RELAX

リラックス

心とからだを、ホッとゆるめて.....たとえば、こんな方法で..

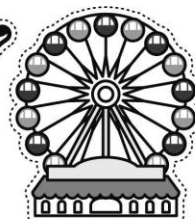
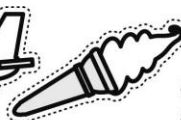


たとえば、こんな方法で

元気を取りもどそう!!

REFRESH

リフレッシュ



ゴールデンウィーク
健康に気をつけて楽しく過ごしましょう!