

# えがお

鳥取市立浜村小学校  
令和2年4月10日発行

しんねんど 新年度、わくわくしながら始まったことと思います。周りのかんきょう 環境が変わるこの時期は、思ったよりからだに負担がかかり、疲れがたまる場合も多いのです。疲れを感じなくても、睡眠をたくさんとってからだを休めましょう。次の日の目覚めが悪い人は、睡眠が足りないかも。寝る時刻を早めてみましょう。



## けんこうしんだん ~健康診断が はじまるよ!~

### ねんど けんこうしんだん R2年度 健康診断スケジュール

- 4月 9日 (木) 発育測定 (全学年)
- 4月20日 (月) 心電図検査 (1・4年)
- 5月 7日 (木) 内科検診 (4・5・6年)
- 5月21日 (木) 内科検診 (1・2・3年)
- 5月12日~13日 尿検査回収 (全学年)
- 6月 1日 (月) 耳鼻科検診 (2年・その他の学年は問診票で対象となった人)
- 6月 9日 (水) 眼科検診 (問診票で対象となった人)
- 6月11日 (木) 歯科検診 (全学年)

けんこうしんだん 健康診断は 自分のからだについて知るチャンス



### けんしん まえ ★検診の前には・・・

- お風呂で体をきれいにしておきましょう。
- 歯をみがいておきましょう。
- つめを切っておきましょう。
- 耳そうじをしておきましょう。
- 早くねて体調をととのえておきましょう。

はじめまして。養護教諭の横山です。みんなのえがおがあふれる学校を目指して、ほけんだより『えがお』をお届けします。よろしくおねがいします。

