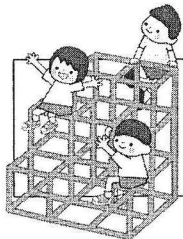


ほけんだより

# 今日もごきげん

2012.4.27

江別市立江別小学校



## 5月のほけんもくひょう

### じょうぶな体をつくらう

今年の連休は、3日休んで学校に2日間登校、また4日休んで学校です。生活のリズムをしっかりとっておかないと、休み明けに体調が悪くなってしまうこともあります。夜おそくまでテレビを見たり、お昼近くまでねてしまった！なんてことがないように、気をつけましょうね。

「連休だけど、何にも予定ないから つまらない！」と思っている人いませんか？ 天気予報を見ると、よいお天気になるようなので、家の周りで体を動かして遊んだり、散歩することも楽しいですよ。

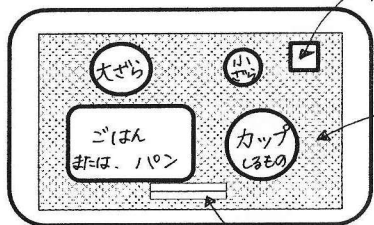
## 5月の給食もくひょう

### 食事のマナーを守ろう



「マナー」というのは、「ぎょうぎ」とか「さほう」という意味です。食べるときにはどんなことに気をつけたらよいのでしょうか？

まずはランチマットをしいて、食器の置き方をかくにん！



もしかして、準備中に教室の中を走っている人がいる？ぶつかったらこぼれるし、ほこりが...

おはしを持つ手だけつくえの上。反対の手はつくえの下。あれ？カップやおさら、持たなくてもいいの？

おはしやスプーン、きちんと使えますか？おはしの持ち方は、練習してみようね。

口の中に食べものがはいったまま、大きな声でおしゃべり。これはまる○？×？

# 内科検診のお知らせ

日にち	時間	受ける人	みてくれる先生
2日(水)	午後1時30分～	1・3・6年生 はぎのこ	しのじま先生 (しのじま小児科医院)
17日(木)		2・4・5年生	まつお先生 (松尾こどもクリニック)

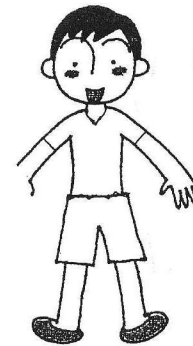
## こんなことをみてくれます

心臓・肺の音をききます。心臓が同じリズムで動いているか。息をすったりはいたすときの肺の音はどうか。

栄養のようす。しっかり栄養がとれているか。

### 注意してね!!

- ◎ この日は男女わかれて検査を受けます。受けるときは上半身の服やシャツをぬぎます。(中にランニングシャツやタンクトップを着て、待っている間は前開きのシャツやシャツを はおっています。)
- ◎ 背中中のほねをみてくれます。長いかみの毛はひとつに結びましょう。



背中のほね。アッカンベーをしたときに負える部分を見て、ひきつになっていないか。

背中中のほね。まっすぐか どうか。

ひる(はた)のようす。かさかさ、ぶつぶつになっていないか。

## 5がつのけんこうしんだん予定

いつ	だれが	どこで	何をします
18日(金)	登校後すぐ	1～6年生 教室で集めます	尿検査
		2・3年生	ぎょう虫卵検査
22日(火)	1時～	4年生 視聴覚室	眼科検診
25日(金)	9時30分～	1年生 ほけんしつ	心臓検診

\*3年生の耳鼻科検診は6月26日(火)に実施予定です。