

ほけんだより

れいわ ねん がつ
令和8年4月
あまくさしえんがっこう
天草支援学校
ほけんしつ しょう ちゅう
保健室(小・中)

しんがつき
新学期がスタートしましたね。まわりの友達や先生たちと
いろいろ
色々なことにチャレンジしていきましょう。
げんき からだ こころ ひつよう
チャレンジするためには、元気な体と心が必要です。
じぶん からだ こころ げんき そだ
自分の体や心の元気を育てていきましょう。

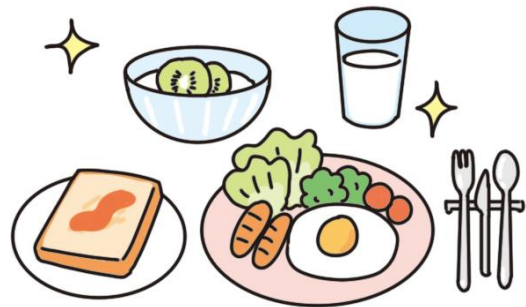


げんき す
元気に過ごすためにやってみよう！

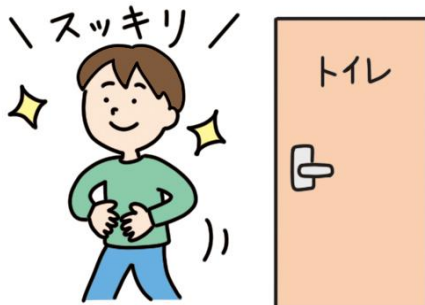
はやねはやお
①早寝早起きをする。



あさ た
②朝ごはんを食べる。



い
③トイレに行く。



そとあそ うんどう
④外遊びや運動をする。



いつもとちがうことや気になることがあったら、おうちの人や先生に教えてください。

けんこうしんだん はじ

健康診断が始まります。



しんぞうけんしん がつ にち しょう ちゅう ねんせい
○心臓検診 (4月16日:小・中1年生)

にょう けんさ じ がつ にち
○尿の検査(1次) (4月22、23日)

ない かけんしん がつ にち
○内科検診 (4月30日)

がん かけんしん がつ にち
○眼科検診 (5月11日)

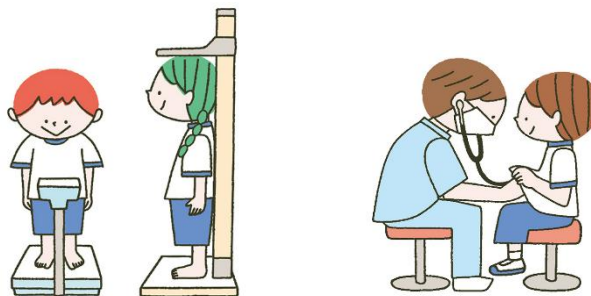
にょう けんさ じ がつ にち たいしょうしゃ みけんさしゃ
○尿の検査(2次) (5月13、14日:対象者、未検査者)

じ び か けんしん がつ にち
○耳鼻科検診 (5月22日)

こころ けんこうそうだん がつ にち
○心の健康相談 (5月27日)

し か けんしん がつ にち
○歯科検診 (6月5日)

じぶん からだ
自分の体について
し
知ることができます。



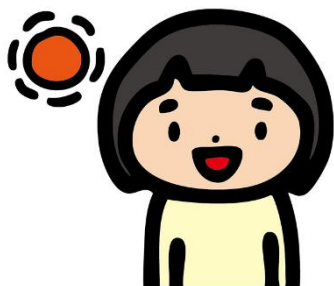
みんなとなかよくするために

おはよう

にっこりえがお

ありがとう

ごめんね



「おはよう」って挨拶して、「にっこりえがお」で過ごしていきましょう。

「ありがとう」って伝えたり、まちがえたら「ごめんね」って言えたりするとすてきですね。

4月はいろいろな変化や出会いがある時期でドキドキすることがいっぱいですが、そのドキドキをワクワクに変えていきたいですね。

しょう ちゅうがくぶ ほけんしつ あさい
小・中学部の保健室の浅井です。

みんなが楽しく元気に過ごせるように

サポートしていきます。よろしくお願ひします。

