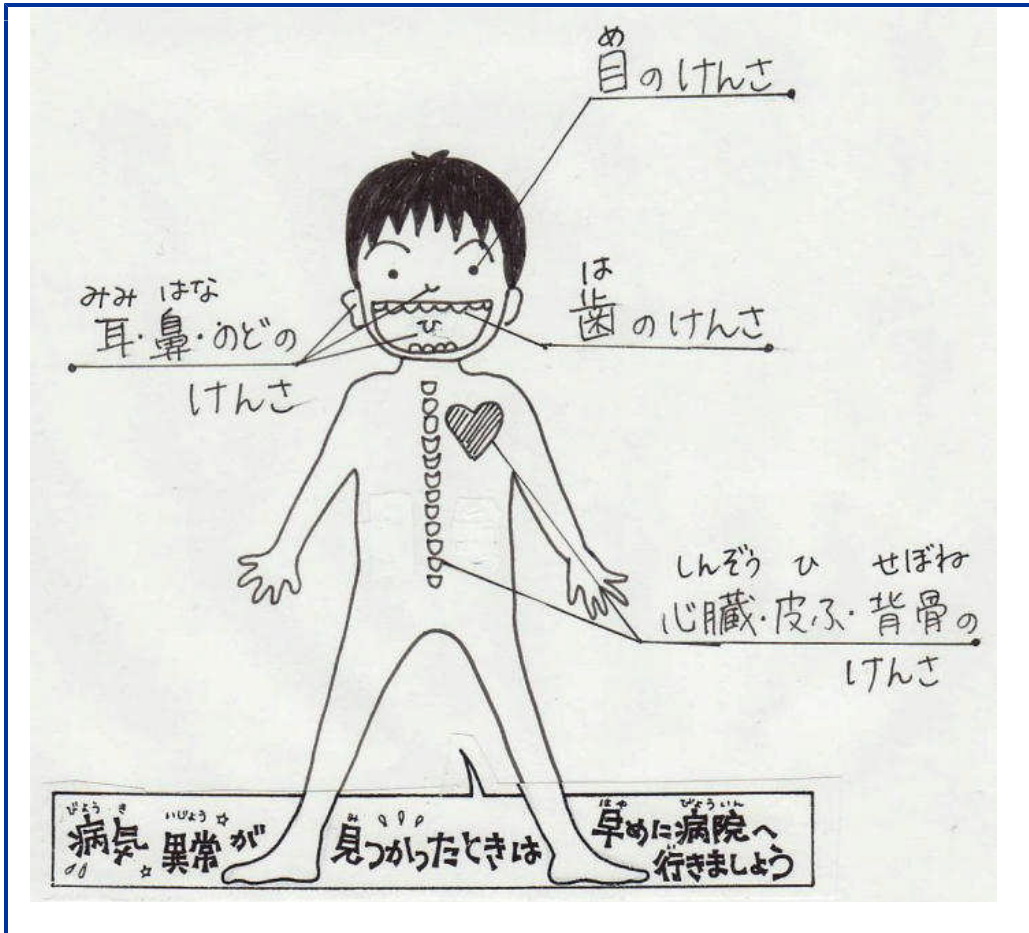


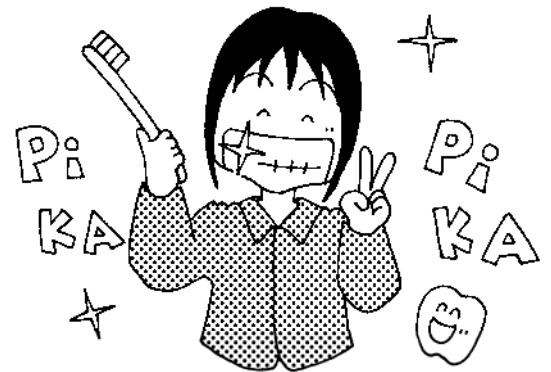
健康診断って、なあに？

5月11日火曜日に、全学年の健康診断があります。たくさんのお医者さんが来てくださって、みんなのからだがいいつも元気でいられるように、病気になっていないか进行检查していただきます。どこを^{けんさ}検査してもらうのかを知って健康診断を受けましょう。



まもってほしいこと!

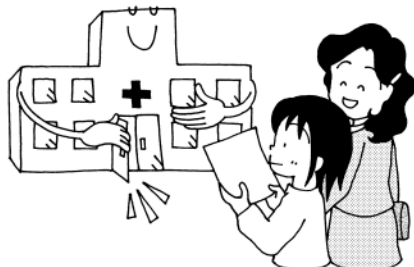
1. 半そでの体そう服をわすれずに。
2. 耳そうじをしてきましょう。
3. 朝のはみがきをていねいにしてきましょう。
4. かみの毛は耳と目にかからないようにしましょう



保護者のみなさまへ

健康診断の結果について

学校で行う健康診断は、集団検診で病気や異常の疑いがないかどうかを調べるものです。健康診断の結果、病気や異常の疑いがあった場合は、ご家庭にお知らせして病院での診察や治療をお勧めしています。その際は、できるだけ早く専門医の診察・治療を受けていただき、その結果を所定の用紙で学校にお知らせ下さいようお願いいたします。



はらまきのチカラ

私が小さいとき、母親からはらまきをして寝なさいとよく言われてました。かっこう悪いなと思いつつも、おなかがあったかくなって気持ちよく眠ることができたことを思い出します。

はらまきをすると、おなかがあたたかくなって、免疫力が高くなります。血行がよくなり、冷えも防ぎます。

保健室でもおなかが痛いと言ってくる人に、バスタオルをおなかに巻いてあげると、具合がよくなることが多いようです。

寝ている間におふとんをけとばしてしまっても、はらまきをしてると、寝冷えを予防できます。

おなかをあたためると大人も子どもも元気になります。はらまきを見直してみませんか。

『お腹を温めれば病気にならない』(石原結實著) 参照