



天童市立長岡小学校 No. 3

平成 25 年

5 月 9 日

元気な子ども!

楽しい連休が終わり、新緑の頃となりました。運動に学習に意欲的に取り組む季節です。

5 月とはいえ、寒く感じる日が続いています。かぜや体調不良などで欠席する児童が少しおられますので、お子様が元気に登校できますようご家庭でも健康生活に注意なさってくださいようお願いいたします。



今後の健康診断の予定

- 5 月 14 日 (火) 歯科検診・・・2・6 年
- 16 日 (木) 眼科検診・・・1・3・5 年
なかよし・おひさま
- 17 日 (金) 歯科検診・・・1・5 年
- 20 日 (月) 内科検診・・・5・6 年
- 21 日 (火) 歯科検診・・・3・4 年
- 24 日 (金) 内科検診・・・1・4 年
なかよし・おひさま
- 31 日 (金) 内科検診・・・2・3 年

* 歯科検診・・・事前の歯みがきをていねいに!

* 内科検診・・・前日に入浴し、体を清潔に!

けっかくけんしん もんしんひょうきにゅう ていしゅつ 結核検診 問診票記入・提出のお願い

内科検診の際に、問診票による「結核検診」のスクリーニングを行います。もれなく記入してくださり、期日までに学校にご提出ください。

しめきり
締切・・・5月17日(金)まで

早ね・早おき・朝ごはん・・・何を食べた?

小学校の給食は、おおよそ 12:40 くらいから食べ始めます。…とすると、朝ごはんから 5~6 時間、何も食べていませんから胃袋の中は空っぽです。児童の中には「おなかですいた!」という感じを「気持ちが悪い!」と思うこともあるようで保健室にやって来ることがあります。いろいろ話を聞くと「空腹」な事がわかり、給食後は元気いっぱいになります。午前中の学習効果を上げるのは、なんと言っても「朝ごはん」です。**主食**(ご飯やパン) + **おかず**(肉・魚・卵・野菜など) + **汁もの**(味噌汁・牛乳・スープなど)を毎日食べましょう。朝ごはんを準備してくださるのは保護者の方々ですので、どうぞよろしくお願いいたします。

