



# 元気★元気

子吉小学校 保健室

No.2

令和6年5月2日(木)



## 明日から連休！体と心をリフレッシュしよう



- やる<sup>き</sup>気が出ない<sup>で</sup>
- 食欲<sup>しょくよく</sup>がない
- イライラ<sup>おむ</sup>しやすい
- よく眠<sup>ねむ</sup>れない、朝<sup>あさ</sup>起き<sup>お</sup>られない<sup>など</sup>

まもなく新学期から1ヶ月が過ぎようとしています。左のイラストのような様子がある人はいませんか？がんばりすぎて疲れているのかもしれませんが。

明日から連休です。心と体を休ませてあげる時間をつくってリフレッシュしましょう。そして、連休明けは、にっこり元気な姿で会いましょうね！



## 連休中も「早寝・早起き・朝ごはん」で元気に過ごそう



## おうちの方へ（4月の健康診断結果をお知らせしました）

本日、お子さんに結果の用紙を持たせました。ご確認よろしくお願いたします。

### 4月の健康診断結果（全員） 白色の用紙

\* 1・2・3・5年生（全員）：身体測定・視力検査・聴力検査の結果

\* 4・6年生（全員）：身体測定・視力検査の結果

### 受診のおすすめ（該当児童のみ） 黄緑色の用紙

\* 視力 1・2・3年生：B以下 4・5・6年生：C以下

\* 聴力

- \* 眼科や耳鼻科を受診時に黄緑色の用紙をご持参ください。
- \* 病院で検査結果を記入してもらった用紙は、学校へご提出ください。

