



令和6年5月
岩国市立岩国小学校

※おうちのかたといっしょ
によんでください。

しんねんど はじ いっかげつ た 新年度が始まって一か月が経ちました。たくさんの あたら で あ あたら かかり 出会いや、新しい係の 仕事などがあり、「がんばるぞ!」という気持ちの人も多いのではないのでしょうか。しかし、がんばった分、知らないうちにつかれもたまってきているかもしれません。連休の間も生活リズムがみだれないように意識して、5月からも 体も心も元気に過ごせるようにしましょう。



しん がく き 新学期から 1か月

がんばりすぎて いませんか?

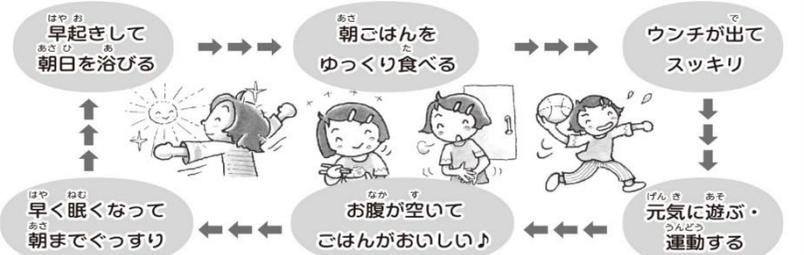


こんな症状がある人は、がんばりすぎて 疲れているのかもしれませんが。心と体を休ませてあげる時間をつくりましょう。

心と体を休ませるポイント



まずは早起き! いいリズムで毎日元気



“まずは早起き”を意識しましょう。いいリズムが生まれ、元気に過ごせますよ。

大丈夫だろう その油断に 赤信号!



「人や自転車、車が飛び出してくるかもしれない」と考え、安全運転を。時間にも余裕を持って。



生活リズムの乱れが体調不良につながることも。毎日、早寝・早起きを心がけて。



友だちを大切にするためにも、傷つけるような言葉は使わないように。

頼られた人も ハッピーに!
しんねんど はじ あたら やくわり まか あたら 新年度が始まり、新しい役割を任されたり、新しいことにチャレンジしたりしている人も多いと思います。でも、やり方がわからないなど、苦戦する場面もあると思います。そんな時は人に頼りましょう。「頼るのは迷惑、かっこ悪い」と思ってしまうかもしれませんが、頼ることは相手にとっても良いことがたくさんあります。



ひと やく た 人の役に立ち
かんしゃ しあわ 感謝されると幸せを感じる
たよ 頼られることは信頼の証拠。
「任せてもらえた」と喜びを引き出す

むずか たいへん 大変 難しい、大変など困った時は 「ちょっとお願い」と声をかけてみましょう。



健康診断 まだまだ続きます

- 5月2日(木) 内科検診 (5・6年)
- 5月9日(木) 耳鼻科検診 (1年、5の1、5の2)
- 5月16日(木) 内科検診 (3・4年、なかよし、おおぞら、ひまわり)

- 5月21日(火) 尿検査 (全学年)
- 5月21日(火) 耳鼻科検診 (3年、5の3、5の4、なかよし、おおぞら、ひまわり)
- 5月23日(木) 眼科検診 (全学年)
- 5月30日(木) 内科検診 (1・2年)

歯科検診が終わりました

4月23日(火)の歯科検診の結果は当日の欠席者以外、全員にお配りします。むし歯などの異常が見つかった人は早めに病院へ受診してください。受診が終わったら、学校に受診・治療届けのご提出をお願いします。検診を受けることができなかった人や異常がなかった人も定期的に受診されることをお勧めします。

〈就学援助を申請している方へ〉

健康診断によりむし歯が見つかった場合は、就学援助決定後、医療券と歯科検診結果のプリントを持って受診してください。なお、医療券申請後、教育委員会から医療券が届くまで数日かかりますのでご了承ください。

