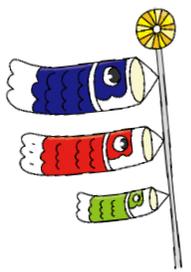




保健だより

2024年4月26日 中茶安別小中学校保健室



今日も保健だよりです!

昨日も今日も保健だよりです! みなさん読んでくれていますよね??
 みなさんが読んでくれていることを信じて、ぬきうちテストでも
 やってみようかなと計画している前田です。
 明日からはいよいよゴールデンウィーク突入です!
 毎日のつかれをリセット、カゼをひいている人はしっかり治して、
 楽しい時間をすごしてくださいね! (生活リズムにはきをつけて…)

☆ 眼科検診があります ☆

来週、火요일に、「眼科検診」を行います。検査の流れを確認してくださいね~!

- 検査をする日 : 4月30日(火)
- 検査をする場所 : 標茶中学校
- 検査を受ける人 : 小学1~中学3年生までの全員
- もちもの : うわぐつを入れるふくろ



13:30 ~ 玄関集合 (上ぐつ&上ぐつ用の袋を持って)

13:40 ~ 中茶安別小中学校 出発

14:00 ~ 標茶中学校 到着 & 検査開始

14:20 ~ 標茶中学校 出発

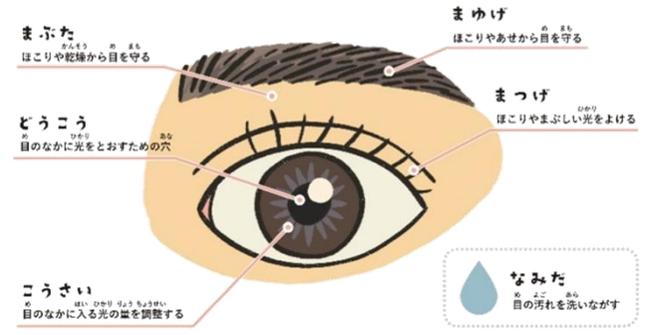
14:30 ~ 中茶安別小中学校 到着

茶安別バス (465)
茶安別組・金子T・福井T

阿歴内バス (328)
阿歴内組・上茶安別組・
三浦T・前田

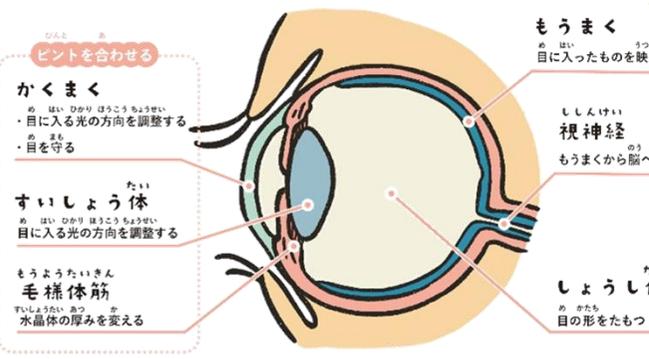


☆ 今日「目のしくみ」を勉強してみよう~! ☆



目は、「ものを見る」「色をみわける」ためにあります。

「かくまく」や、「すいしょう体」で、「目の厚さ」をかえることで、とちかくのものと、ちかくのものをみわけています。



目に優しい前髪に



☆ ゴールデンウィークは... ☆

あしたからの連休はおもいきり楽しんでくださいね!
でも、連休のあいだには学校もあるので、休みポケには気をつけて!

- ① おきる時間を毎日おなじにする
- ② 朝ごはんをしっかり食べる
- ③ よふかし注意!
- ④ パソコン・ゲーム・スマホのつかいすぎに注意!



GWの
過ごし方



この4つに気をつけると、ゴールデンウィーク明けもスムーズに、学校生活をはじめることができますよ!
前田もがんばるので、いっしょにがんばりましょう~!

