

ほけんだより 4月



平成19年4月11日
八王子市立城山小学校
保健担当



みんなが
みんなが
新学期

あたらしい学年、
あたらしいクラスに
あなただち、あたらしい
先生。

あたしくなると
気持ちもいいけど、
少しとまどうことも
あります。きんちよ
うもしますね。

こんな時期は心が
不安定で生活もみだ
れやすいものです。

できるだけ、早く
ねるようにして、す
いみんをじゅうぶん
にとって、その日の
つかれをつぎの日に
のこさないよう、心
がけてください。

保健室こんなとき来てね



○からだのぐあい
がわるいとき
熱をはかったり
ベッドでやすんだり
できます。



○けがをしたとき
応急であてを
します。



○心配なこと
なやみがあるとき
どうすればよいか
いっしょに考えよう。



○身長や体重を
しりたいとき
やすみじかに
どうぞ。



○健康についての
本がよみたいとき
からだや健康に
ついて知りたいとき
どうぞ。

こ・れ・を・ふ・う・に・先・生・に

あ・し・え・て・ね



うらにつづく→