

明日11月5日(金)は尿検査の提出日です!

★自分のからだを知る大切な検査です。忘れずに持ってきてましょう★

尿検査 提出のしかた

- ・各教室にクラスごとの「容器立て」を用意しておくので、登校後、自分の番号の場所に置きます。
- ・提出時間は、8時5分までとします。
- ・忘れてきた人は、担任の先生に断り、8時5分までに、保健室に申し出て下さい。場合によっては、学校で採ってもらいます。
- ・二次検査は11月30日(火)です。



「立腰」でよい姿勢～腰骨を立てた姿勢～

「立腰」で期待できる効果

〈学習面でアップ〉・集中力 ・持続力 ・反省力 ・やる気

〈運動面でアップ〉・心身の統一・がまん強さ・すばやい力を発揮 ・心のおちつき

「立腰」ができているか、ときどき自分で確認しましょう。

正しい
姿勢で
集中力アップ



- ・深くこしかけ、足の裏を床につける。
- ・腰骨を立て（おしりを突き出し）、肩の力をぬき、胸をはる。



全身にさまざまな不調が！
見た目もよくありませんね。

良い姿勢の
ポイントは...

受診・治療ありがとうございます

	視力	歯科
「おすすめ」を渡した数	58人	87人
「おすすめ」 が返ってきた数	47人 (1年生 17人 2年生 19人 3年生 11人)	51人 (1年生 20人 2年生 17人 3年生 14人)
受診・治療率	81.0%	58.6%



未受診者



視力 1年生— 1人 2年生— 5人 3年生— 5人
 歯科 1年生— 11人 2年生— 9人 3年生— 16人

油断せずに感染症予防を続けましょう



手を洗ったあと



服でふいて
いませんか?

また汚れて
しまうかも
しれません

清潔な
ハンカチで
ふきましょう

鼻が出たとき



すすって
いませんか?

鼻水の中には
ウイルスが
いっぱいです

ティッシュで
優しく
かみましょう