

ほけんだよ 5月

れいわ ねん がつついたち
令和8年5月1日
みつかいどうちゅうがっこうやかんがっきゅう
水海道中学校夜間学級
ほけんしつ

5月の健康診断の予定 Routine Health Checkup



ひ 日にち	けんきこうもく 検査項目	がくねん 学年	けんさ 検査について
がつ 5月18日(月)	ないかけんしん 内科検診 Internal Medical Checkup 	ぜんがくねん 全学年	<p>【じかん Time】PM3:00までに、がっこうにくる Please arrive at school by 3:00 PM. </p> <p>【ばしよ Place】ほけんしつ</p> <p>【ふくそう Clothing】はんそでのTシャツ A short-sleeved T-shirt</p> <p>*この日にこれない人は、5月28日(木)か、 6月1日(月)のPM3:00にきてください。 If you cannot come on this day, please come at 3:00 PM on either Thursday, May 28, or Monday, June 1.</p>
がつ 5月21日(木)	しかけんしん 歯科検診 Dental Checkup 	ぜんがくねん 全学年	<p>【じかん Time】PM3:00までに、がっこうにくる Please arrive at school by 3:00 PM. </p> <p>【ばしよ Place】ほけんしつ</p> <p>*歯をよくみがいてから、がっこうにきてください。 Please brush your teeth well before coming to school.</p>

身の回りをせいけつにしよう Let's be mindful of cleanliness.

つめ Trim your nails

てあし 手足のつめは、みじかき 短く切っていますか?
つめがながいと、けがをしやすくなります。
Keep your fingernails and toenails short.
Long nails can cause injuries.

はんかち Bring a handkerchief

まいにち 毎日もってきていますか?
てをあらったら、はんかちでてをふきましょう。
Bring a handkerchief every day.
After washing your hands, dry them with it.

てあらい Wash your hands

ごはんを食べる前、トイレや そうじのあとは、
せっけんを使っててをあらいましょう。
Wash your hands with soap before eating, and after using the toilet or cleaning.

はみがき Brush your teeth

ごはんやおかしを食べたら、
はをみがきましょう。
Brush your teeth after eating meals or snacks.

せいけつしら よてい ◎清潔調べの予定

①5月13日 ②6月10日 ③7月8日 ④9月9日 ⑤10月14日
⑥11月18日 ⑦12月9日 ⑧1月13日 ⑨2月10日

