

ほけんだより 5月



令和7年5月2日（金） NO.3 万場小学校 保健室

みかほ登山おつかれさまでした。今週末からゴールデンウィークの後半戦に入ります。みなさんが楽しみにしている「こいのぼり祭り」もありますね！4連休、おうちでのんびりしたり、家族でお出かけしたり、それぞれ楽しい時間をすごして気分をリフレッシュしましょう。

5月の保健目標…①病気を早くなおそう ②身のまわいを清潔にしよう

* 5月の保健行事予定 *



	日にち	検査	時間	対象	その他
5月	12日（月）～16日（金） 第1回チャレンジウィーク メディアの使い方を見直して、規則正しい生活をおくろう！				
	9日（金）	内科検診・ (結核・運動器)	13:30～	全学年	★服装は、体操着（半袖）です。髪が耳にかからないようにしてください。
	13日（火）	歯科検診	13:15～	全学年	今年は谷越先生のお話もあります！ 給食後の歯みがきをていねいにしましょう。
	19日（月）	尿検査③	朝の時間 に提出	未提出の人 再検査の人	再検査の人には、おたよりと新しい容器をわたします。
	23日（金）	胸部エックス 線検査	10:10～	1年生 希望者	★服装は、体育着の半袖1枚です。 詳細は、裏面をご覧ください。

5月のスクールカウンセラー来校日：5月9日（金）

今年度も、須藤 裕美 先生にお世話になります。

お子さまや保護者の方の相談の希望がある場合は、お気軽に担任または養護までご連絡ください。



毎日水筒の準備をしていただき、ありがとうございます！

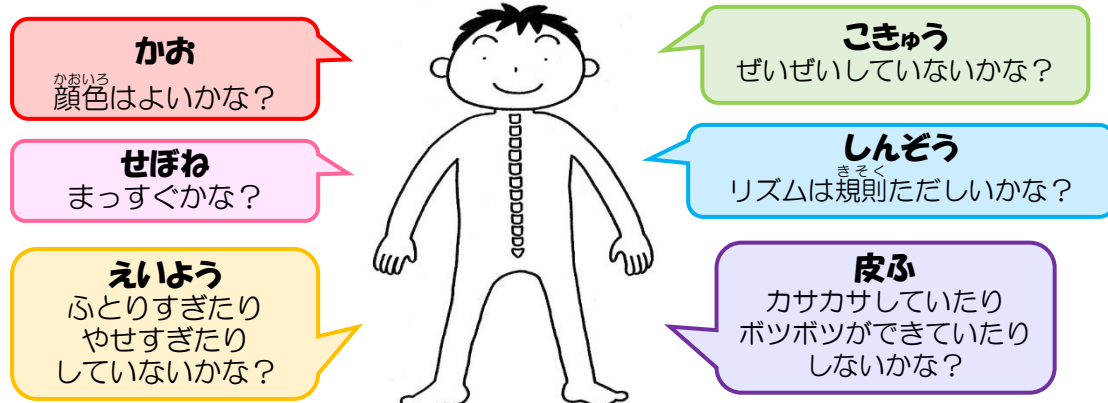
この時期は体が暑さに慣れていないこともあり、熱中症になりやすいです。気温の高い日は、熱中症予防のため、体育や休み時間には水筒を活動場所に持参して、活動をしています。こまめに水分が補給できるように、今後も水筒の準備をよろしくお願いいたします。水筒の中身は、昨年度から年間を通して、水、お茶のほか、スポーツドリンクでも大丈夫です。ご家庭の判断で、持たせていただければと思います。水筒を忘れてしまった場合等は、水道水で水分補給を行います。

また、子どもが水筒を斜めがけして持ち歩いていて転倒し、水筒が腹部等に当たり、けがをしてしまう事例があります。首や肩にかけているときは走らないように、また水筒は置いて遊ぶよう、ご家庭でもお話しいただければと思います。

けんこうしんだん じゅんぴ
★健康診断の準備をおねがいします★

★5月9日(金)は^{ない か けんしん}内科検診です！^{しら}どんなことを調べるの？？

＊お世話になるのは、学校医の万場診療所、田中雅史先生です。



＜内科検診の受けかた＞

- ◇お医者さんが小さな心臓の音を聞きます。まわりで待っている人は静かに順番を待ちましょう。
- ◇服装は体育着（半袖）です。
半袖体育着と下着のすそをズボンから出しておき、お医者さんの前に座ったら、自分で体育着をめくり上げましょう。
- ◇前の日は、お風呂に入って体を洗い清潔にしておきましょう。



★5月13日(火)は^{し か けんしん}歯科検診です！

＊お世話になるのは、学校歯科医の神流町歯科診療所、谷越康洋先生です。

おねがい

- ・給食のあとは、ていねいに歯をみがきましょう。
- ・お医者さんにみてもらうときは、大きく口をあけましょう。



★5月23日(金)は^{きょうぶ}胸部^{せんけんさ}エックス線検査(1年生希望者)です！

【注意】服装は、体育着の半袖です。

- ①プラスチック・金属製のボタン、ファスナーがあるもの
- ②肩ひも等の調節環
- ③ラメやプリント、反射板、柄物

下着は、
①～③がついているものを避けてください。



4～6月は健康診断がつづきます。検診の結果、受診が必要な場合には、「受診のすすめ」を渡します。(※歯科検診の結果は、全員に配付します。)
学校生活が元気に楽しく送れるように、「受診のすすめ」をもらった人や、気になることがある人は、早めに病院でみてもらいましょう。