

佐野市立
飛駒小学校
保健室
R1. 5. 7

新学期がスタートしてあっという間に1か月がすぎました。
朝から元気なあいさが学校中にひびくと、とても気持ちがよく、みんな笑顔になれますね！

5月は、「5月病」と言われるくらい、4月からの疲れがたまって、体調を崩しやすい時期です。「早ね・早おき・朝ごはん」で生活のリズムを正しく、毎日元気にすごしましょう！



★**今月の保健目標**★ **体を清潔にしよう**★

手を洗ったとき、洋服で拭いたり、自然に乾かしたりしていませんか？鼻血が急にでたときに、拭くためのティッシュはありますか？きれいなハンカチで拭かなければ、また手は汚れてしまいます。清潔を保つために、いつもきれいなハンカチとティッシュは、ポケットにいれておきましょう！！

レッツ・チェック！ 毎日のせいけつ

<input type="checkbox"/> ハンカチ・ティッシュを持ちましたか？ 	<input type="checkbox"/> 食後に歯みがきをしていますか？ 	<input type="checkbox"/> うがいや手洗いをしていますか？ 
<input type="checkbox"/> お風呂に入っていますか？ 	<input type="checkbox"/> 肌着は着ていますか？ 	<input type="checkbox"/> つめは長くないですか？ 



毎週水曜日は、さわやかチェックの日！

ハンカチ、ティッシュを持って、爪は短くしておこう。

5月

健康診断のお知らせ



月	火	水	木	金
6 	7 じんぞうけんしん よ び び 腎臓検診予備日 心臓検診	8 1・4年生のみ	9	10 
13	14	15	16	17 ないかけんしん 内科検診
20	21	22	23 がんかけんしん 眼科検診	24
27 じんぞうけんしん じ 腎臓検診2次	28	29	30	31 じんぞうけんしん じ 心臓検診2次



がつ きけん ねっちゅうしょう
5月も危険！熱中症！！



あたたかくなり、外で活動する時間も増えました。しかし、急に暑くなり、体が暑さに慣れていない今の時期が、実は危険なのです！！夏よりも水分を取るのを忘れてしまい、気づかないうちに頭が痛くなり・・・なんてこともあります。まだまだ大丈夫とは思わず、こまめに水分補給をしましょう！

保護者のみなさまへ

健康診断の結果について

4・5月は様々な健康診断が行われます。健康診断の結果、'異常の可能性'があったお子さんには、治療票を配布しています。学校で分かるのはあくまでも'可能性'なので、治療票をもらったお子さんは、専門の先生に早めに詳しくみていただいでください。受診しましたら、治療票を学校へ御返却ください。

ハンカチ・ティッシュの持参について

本校では、毎週水曜日にさわやかチェックとして、ハンカチ・ティッシュ・爪のチェックを行っています。子どもたちの様子を見てみると、手を洗っても服で拭いたり、汗をかいてもそのままだったり、ハンカチ・ティッシュが身につけていないお子さんを見かけます。これから暑くなり、汗をかく季節になりますので、毎日登校前の確認の声かけをお願いいたします。