

5がっ ぼけんだより

R4.5.6
藍畑小学校
保健室

新しい学年になって1ヵ月が過ぎました。連休はゆっくり休めましたか？生活のリズムが崩れてしまった人はいませんか？いつもより早く寝るように心がけて、規則正しい生活を取り戻しましょう。日中は気温が高くなる日が多くなってきました。その時の気温や体調によって自分で衣服の調節ができるようになりますようにしましょう。

5月の保健行事

- 10日(火) 心電図検査
- 24日(火) 内科健診
- 25日(水) 尿検査2回目
- 25日(水) 眼科健診
- 30日(月) 内科健診

バスタオルを
もってきてください

- 1年生
- 幼・5・6年生
- 1回目未提出者・再検査者
- 幼・1・4年生・問診票該当者
- 1～4年生

該当者には
個別にお知らせします

問診票の記入について

今月は結核健康診断問診票と眼科・耳鼻科の問診票を配付します。用紙をよくお読みになり、それぞれに必要な事項をご記入ください。
※1年生については結核健康診断問診票の表紙にも必要事項をご記入ください。また、内側右上の氏名欄もご記入ください。

健康診断の結果について

今年度より、身体測定、視力聴力検査の結果はA4サイズ1枚でお返しします。ご覧になりましたら、そのままご家庭で保管をお願いします。(学校への返却は不要です。) また、受診が必要な場合は別途「受診のお知らせ」を出しますので、専門医を受診してください。

問診票は健診前に配りますので、それぞれのしめ切りまでに担任へ提出をお願いします。

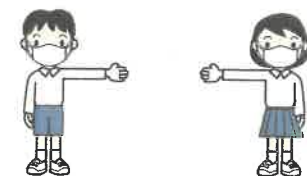
引き続き感染症予防をしよう



毎朝正しく検温
しましょう。



予防の基本は
手洗いです。



ソーシャルディスタンスを
保ちましょう。



マスクは正しく
着用しましょう。



マスク・ハンカチを忘
れずに持ってきてましょう。



予備のマスクも
忘れずに

生活リズムをととのえよう



早寝・早起き



朝ごはん



朝トイレ

5月は新生活の疲れが出る頃です



なやみや不安があると、気持ちが落ちこむだけではなく、おなかが痛くなったり、眠れなくなったりすることがあります。一人で考えすぎず、おうちの人や先生に話してみましょ。