

# ほけんだより 5月

R5.5.1

林崎小学校 保健室



「健康診断を正しく受けよう」

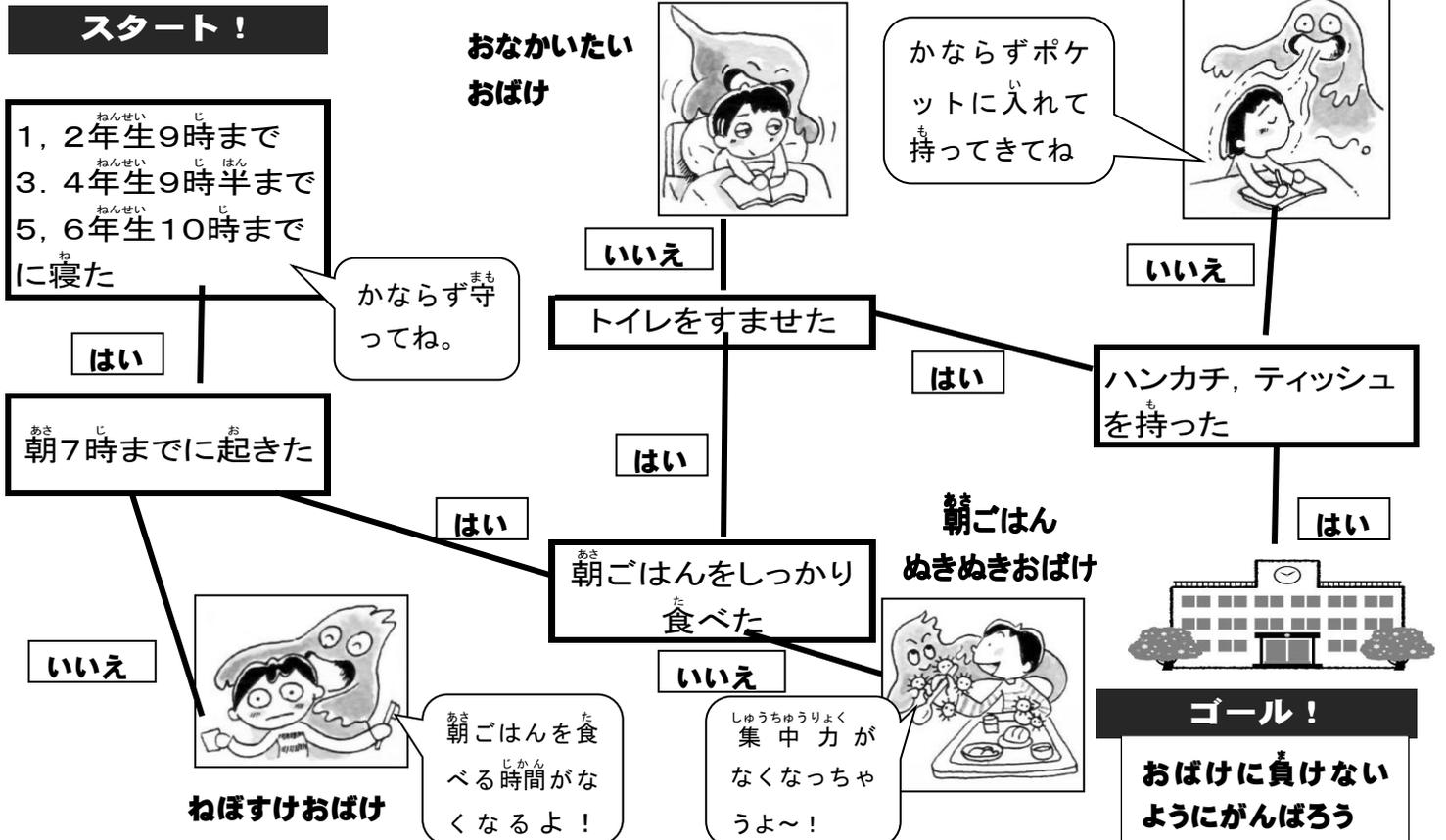
新学期がはじまって1か月。生活リズムはつくれたかな？

窓の外は気持ちのいい青空。ゴールデンウィークがあり、楽しいこともたくさんあるけれど、体の疲れを感じたり、体調をくずしたり、けがをする人が増える時期でもあります。そんなときは、十分な睡眠と休息をとりましょう。

## ～ 5月の保健行事について ～

- |              |               |         |              |
|--------------|---------------|---------|--------------|
| ・ 内科健診(結核健診) | 5月 8日(月) 6年生  | ・ 眼科健診  | 5月 15日(月) 全員 |
|              | 5月 9日(火) 4年生  | ・ 耳鼻科健診 | 5月 18日(木)    |
|              | 5月 12日(金) 2年生 |         | 2年生・5年生は全員   |
|              | 5月 16日(火) 1年生 |         | 他学年は保健調査票該当者 |
|              | 5月 17日(水) 3年生 | ・ 心電図検査 | 5月 24日(水)    |
|              | 5月 19日(金) 5年生 |         | 1年生・4年生全員    |

## 生活習慣はバッチリかな??



けんこうしんだん じぶん  
健康診断は自分の健康のために  
します。5月は健診がたくさんあります。しっかり受けましょう。

ないかけんしん  
内科健診



けっかくけんしん  
結核健診



うんどうきけんしん  
運動器健診



にょうけんさ  
尿検査



がんかけんしん  
眼科健診



しんでんぼけんさ  
心電図検査



しかけんしん  
歯科健診



それぞれの健診で、どんなことを検査するのかチェックしておきましょう。

6年生は5月に修学旅行、  
5年生は6月に宿泊学習  
があります。



体調不良にならないように、  
休み中や毎日の生活習慣がとても  
大切です。「早ね・早起き・朝ごはん」をきちんと守  
って、全員元気に活動できるようにしましょう。

しんでんまけんさ  
心電図検査について

1年生と4年生が検査の対象学年です。  
5月24日(水)の検査日は、  
体操服の用意をお願いします。

1:50より1年生から始めます。手首と足首・胸に吸盤を付けて検査しますが、静かに寝ているとすぐに終わります。健診には、問診票が必要です。8日に配布します。正確に記入し5月12日(金)までにご提出ください。

「健康も 楽しい食事も いい歯から」「おいしいと 感じる幸せ 歯のおかげ」など

歯と口の健康週間(6月4日~10日)に向けて、歯・口についての標語を募集します！応募してみようと思う人は、下の用紙に書いて保健室まで提出してください。

ご家庭と一緒に歯の大切さについて考えるきっかけにしたいと思っています。  
提出していただいた標語は、県歯科医師会の「歯・口の健康啓発標語」に応募します。  
(優秀作品に選ばれた人は、新聞掲載や展示などがあります。)



締め切りは、5月26日(金)です。

きりとり

「歯・口の健康啓発標語」

ねん くみ なまえ

