

ほけんだより 5月

令和6年5月1日(水)
新開小学校保健室
第2号

新しい学年がはじまって、1ヶ月が経ちました。少しづつかきたなあとおもひ人もいるのではないのでしょうか。暑い日があったり、肌寒い日があったりするので、服装に気をつけたり、汗をふくタオルを用意したりしてくださいね。運動会の練習もはじまります。爪は伸びていませんか？水分は十分ありますか？安全に楽しくすごしましょう。

急な暑さに備えた対策を心がけよう

寒暖の差がはげしい時期です。熱中症にならないように注意して生活してください。



脱ぎ着のしやすい服装で、体感温度を調節しましょう



気温が高いときはのどがかわく前に水分補給を



外出するときは帽子や日傘で紫外線をさけましょう

ケガをして保健室にきた人は、鏡をわたされたり、けがの具合を観察したりしましたね。なぜか？それは、ケガをしたすぐの「今」の状態を「自分で」みてほしいからです。例えばどこか打ったとき、どんなふうになって、どういう経過をたどるのかしてほしいからです。

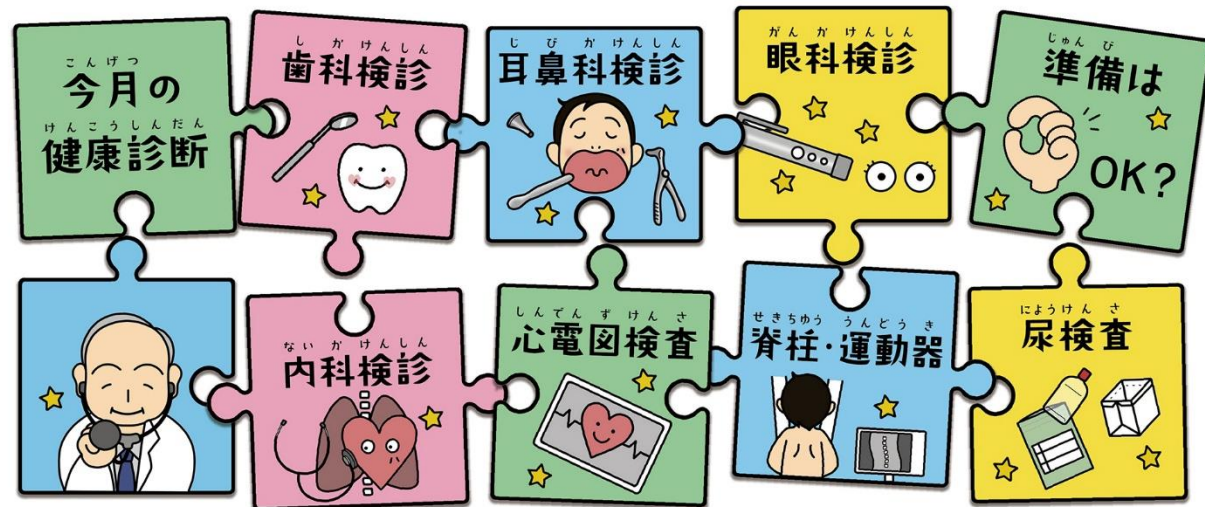
自分のからだのことは、自分がいちばんよくわかります。みなさんの体は、少しのけがや、少しの体調不良なら、自分で治す力をもっています。保健室では、その力の出し方を伝えたり、観察のポイントを一緒に確認したりしています。

みなさんが安全でたのしい生活が送れますように！

保健室に来たら



教えて
ください



- 5月 9日(木) 内科健診(4~6年)
- 5月 14日(火) 眼科健診(1・4年・有症状者)
- 5月 16日(木) 内科健診(1~3年)
- 5月 21日(火) 心電図検査(1年・希望者)
- 5月 30日(木) 耳鼻科健診(2・5年・有症状者)
- 5月 31日(金) 尿検査1回目(全員)

○健康診断について

健康診断の実施にご協力いただきありがとうございます。完了した健診項目は、「所見あり」の場合にお知らせをします。全ての健診が終わりましたら、一括通知をお渡しします。また、学校での健康診断は、病気を早期に発見するためのスクリーニングです。医療機関を受診されたときに「異常なし」「心配なし」と診断されることもあります。ご了承ください。

○内科健診について

事前調査でいただいた情報をもとに、聴診・視診・触診などを通じて、内科健診を実施しております。必要に応じて、体操服をめくって視診・触診をしたり、体操服の下から聴診器いれたりする場合がありますのでご理解・ご協力をお願いいたします。

