

5月のほけんだより



令和4年度 見能林小学校 保健室

暖かくなり、過ごしやすい気候になりましたが、夏のように暑い日もありますね。ハンカチとは別のタオルや、水筒を持ってくると、暑い日でも快適に、そして元気に過ごすことができます😊

ゴールデンウィークも折り返しとなりました。生活リズムが乱れている人はいませんか？休みの日も早寝・早起き・朝ごはんを心がけ、ゲームやタブレットは決められた時間内で楽しみましょう。



5月の健康診断の予定



日付	健診内容	学年	
12日(木)	心電図検査	1年生	半そで・ハーフパンツで受けます。
18日(水)	内科健診	3年生, 1-1	半そで・ハーフパンツで受けます。待っている間は静かにしましょう。
19日(木)	内科健診	5年生, 1-2	間は静かにしましょう。
20日(金)	尿検査①	全員	容器は前日に配ります。
24日(火)	内科健診	4年生, 2-1	半そで・ハーフパンツで受けます。待っている間は静かにしましょう。
25日(水)	内科健診	6年生, 2-2	間は静かにしましょう。
31日(火)	眼科健診	1・4年生+ 症状のある人	前髪が目にかからないようにしましょう。健診を受ける人は不織布マスクが必要です。

慣れてきた頃
新しいクラスや毎日の生活に少し慣れてきた頃です。こんな人はいませんか？

注意報 発令中!

1

事故に注意!

車は急に止まれません。ほかの人の迷惑になっているかもしれません。楽しい登下校中も、しっかりまわりを確認しながら歩きましょう。

2

ケガに注意!

ろうかを走ると、自分だけでなく、友だちにもケガをさせてしまうかもしれません。休み時間が終わるときや授業で移動するときも、時間に余裕を持って動きましょう。

ピカピカ☆チェックをしてみよう!

体や身のまわりを清潔にすることは、毎日を気持ちよく過ごすためにも大切なことです。また病気の予防にもつながります。できていないことがあれば、ぜひ今日からチャレンジしてみてくださいね!

□毎日清潔なハンカチを持っている
もしハンカチを忘れてしまっても友達との貸し借りはやめましょう。

□爪は短く切っている
爪が長いと割れてしまったり、友達をけがさせてしまったりすることがあります。

□1日3回歯みがきをしている
むし歯や歯肉炎の予防のために、いねいに歯をみがきましょう。