

ほけんだより 5月



新学期が始まり1ヶ月近くたちました。
疲れがたまっているのか、本校でも発熱や
体調不良等でお休みする人がいます。

休み時間に元気に遊んだり、運動量も増えたり
する時期です。運動後に、気持ちが悪くなる児童
もみられます。睡眠時間を十分にとって、朝ごはん
も色々な種類の物を食べるようにしてください。
ごはんだけ、パンだけでは力がでません。ご
家庭での登校前の健康チェックをお願いします。

健康診断に関わってたくさんの配付物があり
ます。ぜひ期限までの提出をよろしくお願ひしま
す。

また、すり傷などのけがも増えています。化膿
しないように、ご家庭でもガーゼの交換などを
お願いします。

そろそろはじめましょう

熱中症予防

5月は熱中症シーズンの始まり。急に暑い日が出てきて、暑さに慣れていない体がつい
ていけず、熱中症になりやすい時期です。暑さに負けない体づくりをはじめましょう！



5月の行事予定

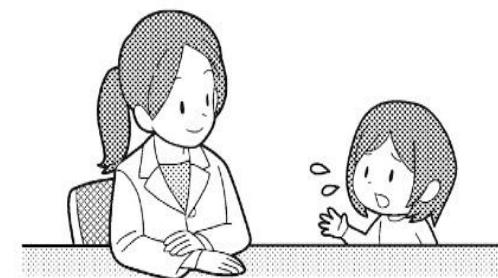
- | | |
|-----------------|------------------|
| 1日 (木) | 視力再検査 (2年生) |
| 7日 (木) | 歯科健診 (5678組1~3年) |
| 15日 (木) | 内科検診 (5678組4~6年) |
| 20日 (火) | 内科検診 (2年、3~2) |
| 21日 (水) | 尿検査容器配付 (全学年) |
| 22日 (木)・23日 (金) | 尿検査回収日 (全学年) |
| 27日 (火) | 眼科検診 |
| 30日 (金) | 歯科健診 (4~6年) |

★尿検査は提出もれのないようにお願いします。
★内科検診は体操着を忘れないようにしましょう。

新学期が始まって1か月

なやみや不安があつたら1人で抱え込みます、
信頼できる人(親、先生、おじいちゃん・お
ばあちゃん、親戚、友だちなど)に相談しま
しょう。

読書をしたり音楽を聴いたりテレビを見た
りするなど、気分転換になることをするのも
よいでしょう。
(テレビを見るときは時間を決めましょう)



歯科、色覚は受けた人全員に結果を通
知いたします。視力はC以下、その他
は所見があった場合、受診対象となり
ます。その他の結果は後日配布される
「健康カード」をご覧ください。



保護者の方へ

お渡ししています
健康診断の結果を

健康診断の結果、医療機関の受診が必要な場合は
通知しています。視力や聴力など、早期発見・早期
治療によって治療期間が短くなったり、その後が変
わってくるものもあります。何かとお忙しいことと
は存じますが、お知らせを受け取った際は早めの受
診をおすすめします。



※なお、学校の健康診断は病気の
可能性のスクリーニングなので、
医療機関で検査すると「異常なし」
とされる場合もあります。

歯と口の健康に関するポスター募集中♪

*応募された作品は県のポスター・コンクールに出品します。

*画用紙はB3四つ切サイズになります。

*書きたい人は保健室まで

◆絵具、クレヨン、色鉛筆などを使ってください。

◆たてがきでもよこがきでもよいです。

◆言葉を入れる場合、「むしば」は「むし歯」と書いてください。

→○「むし歯」 ×「虫歯」

*すてきな作品をお待ちしています しめきり→5月23日(金)



はっきりとした字で
書くとよいです

背景もしっかり塗
るのがポイント



歯と口の健康標語募集中♪

六月には「歯と口の衛生月間」があります。

みんなで歯と口の健康を考える月のことです。そこで、みなさんにお願いがあります。牛島小学校のみんなが、自分の歯を大切にしようと思う言葉を考えてください。おうちの人と一緒に考えてもいいです。
左側の歯の枠の中に書いて保健室に持ってきてください。

保護者の皆様

牛島小学校では、むし歯ゼロをめざして毎年、六月に歯や口の健康について考え、取り組んでいます。昨年の優秀作品を参考にしてお子様と「歯の健康標語」を考えてみてください。ご協力をお願いします。作品は、学校での歯科保健活動で使用する他、県コンクール出品します。

※注意: ○「むし歯」 ×「虫歯」、5・7・5の形でよろしくお願いします。

しめきり→5月16日(金) 保健室まで

★昨年度の優秀作品
歯歯歯歯歯 大きくわらおう 歯歯歯歯歯
にっこりと えがおかがやく きれいな歯

