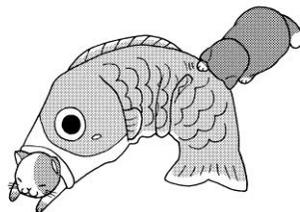


## のんびりリフレッシュタイムもつくりましょう

青葉、若葉、風薫る…清々しいイメージの言葉で表されるように、5月は1年のうちでも過ごしやすい時期です。新緑のパワーをもらって、色々なことに頑張れそうな気がしてきますね。

しかし、新学期の疲れが出やすい時期でもあります。「疲れたな」と感じたら、早めに休養&リフレッシュしましょう。



©少年写真新聞社2018



©少年写真新聞社2019

世界禁煙デーとは、WHO（世界保健機関）がたばこを吸わないのが一般的な社会習慣になることを目指して、定めたものです。

たばこは、吸っている本人だけでなく、周りで煙を吸わされている人にも健康被害を及ぼします。これを受動喫煙といいます。

受動喫煙の対策として、2019年7月1日から、学校・病院・薬局・介護施設などが屋内全面禁煙となります（小規模飲食店など一部を除く）。

## 麻しん風しん（MR）ワクチン接種について

麻しん（はしか）は感染力が非常に強く、予防接種が唯一の予防策となります。これまでに麻しん（はしか）と診断された方も、予防接種歴「なし」あるいは「不明」の方が多く報告されています。

定期予防接種（積極的勧奨）の対象年齢の方は、早めにワクチンを接種しましょう。

### 【定期予防接種の対象者】

- (1) 1歳児 (2) 小学校入学1年前の幼児

### 【定期接種対象以外の方】

かかりつけ医に御相談下さい。なお、麻しん含有のワクチン（MR ワクチン、麻しんワクチン）の接種歴は母子健康手帳で確認できます。母子手帳等で麻しんにかかったことや予防接種歴が不明な方は、抗体検査を検討してください。



# 平成31年度 発育測定の結果

(平成30年度埼玉県平均との比較)

		身長(cm)		体重(kg)	
		校内平均	埼玉県平均	校内平均	埼玉県平均
男子	1年	153.1	152.8	43.6	44.4
	2年	161.2	159.6	51.3	48.6
	3年	165.1	165.5	52.9	53.3
女子	1年	151.4	151.9	43.3	43.6
	2年	154.8	154.9	48.0	47.1
	3年	156.0	156.6	51.7	50.0



日付	検診・検査名	対象
5/13(月)	眼科検診	全学年
5/13(月)	尿検査(1次)	全学年
5/14(火)		
5/20(月)	色覚検査	1年生希望者
5/21(火)	心臓検診	1年生
5/29(水)	尿検査(2次)	検査未提出者、有所見者

※心臓検診は、学校で検査を受けられなかった場合、左下にあるように予備日に保護者引率で受けていただくこととなります

心臓検診予備日：5月30日（木）、6月4日（火） 受付13：30～  
場 所：春日部市保健センター（ふれあいキューブ）

ので、ご了承ください。



## 体育祭

6月1日（土）の体育祭に向けて、本格的に練習がはじまりますね。昨年よりも、体力や筋力もついたことでしょう。本番で自分の力を出し切るために、次のことに気をつけて、運動中のけがや事故を防ぎましょう。

- ★睡眠時間はたっぷりと
- ★手足の爪は短く切ろう
- ★サイズの合った靴を履こう
- ★準備運動は念入りに
- ★水分補給はこまめに
- ★体調が悪いときは、早めに申し出ましょう！！