



# ほけんだより5月



令和6年 5月1日  
三島市立佐野小学校  
保健室

新年度が始まり、約1ヶ月がたちました。自分の心と体の調子はどうですか？がんばりすぎている人はいませんか？  
心と体を健康に過ごすためにも、毎日をふりかえってみてください。  
時にはゆっくり休むことも大切です。G Wが始まります。お休みの間は、1日だけでもゆっくり過ごす日があってもいいかもしれません。



## 5月の予定

### 健康診断

まだまだつづきます

日 に ち	項 目	対象者	じ 時 間	持 物・注意事項
9日 (金)	眼科検診	全学年	13:00~	検診時はメガネをはずす
	尿検査二次回収	一次陽性者	とうこうごていしゅつ 登校後提出	保健室に提出
13日 (火)	心臓検診	1・4年 他学年は抽出	午後	【持ち物】体育着 ・予備日5/22
15日 (木)	尿検査二次予備	二次未提出者	とうこうごていしゅつ 登校後提出	保健室に提出
16日 (金)	内科検診	全学年	13:00~	【持ち物】体育着
20日 (火)	耳鼻科検診	2.3.5年 1.4.6年は抽出	13:15~	・髪の毛が耳にかかるないように ・長い子はしばりで留める ・検診の前に鼻をかむ

# 運動会に向けて

もうすぐ、運動会に向けて練習が本格的に始まります。これから気温が急に高くなる日もあり、暑さへの対応が必要となってきます。体力を使うので、十分に睡眠をとり、朝ごはんをしっかり食べて登校しましょう。御家庭でもお子様の体調管理をお願い致します。



## -☆-☆-☆-運動前後に注意して欲しいこと-☆-☆-☆-

- 十分に睡眠をとり、必ず朝食を食べて登校しましょう。
- 準備運動をしっかり行いましょう。
- タオルを持ち、しっかり汗をふきましょう。
- 爪を短くする、髪の毛を結ぶ、靴のサイズの確認など、運動するための準備をしましょう。
- 体調が悪い時には、無理せず、先生に伝えましょう。
- ころんだけがをした時には、傷口を水道の水で洗い流しましょう。



日頃より、学校保健に御理解・御協力頂き、ありがとうございます。

年度当初の保健関係書類や尿検査検体の御提出、ありがとうございました。今後も保健関係書類でお渡しするものがありますので、引き続き御協力をお願い致します。

☆「結果のお知らせ」を受診の必要のある児童に配布します。(歯科検診結果は全員に配付します。) 検診終了後お便りがない場合は「学校の検診では異常なし」ということですので、御承知おき下さい。

■現在、配付済のもの…視力検査結果 (B 以下の児童にお知らせしています)、聴力検査、尿検査結果 (二次対象者)  
※発育測定の結果は、運動器検診の結果を記入後配付します。

■まだ配付していないもの…眼科検診 (5/9 検診)、心臓検診 (5/13 検診)、内科検診 (5/16 検診)、耳鼻科検診 (5/20 検診)、歯科検診 (6/18 検診)

お子様が「結果のお知らせ」をもらってきた場合には、受診をお願い致します。特に、眼科・内科・耳鼻科検診は入水による悪化・二次感染を防ぐため、早めの受診がよいです。(今年度のプール開きは6月 16 日(月)予定しています。) 受診後は用紙を学校まで提出をしていただきます様、お願い致します。

☆プール学習実施するにあたり、お子様の健康状態の把握のため「水泳学習事前健康調査・参加同意書」を配付します。(5月 8 日配付予定) 5月 16 日(金)までに記入し提出をお願い致します

