

ほけんだより 5月

鴻巣中央小学校保健室 令和6年5月 家庭数

しんがっき げつ かんきょう か あたら で あ
 新学期がはじまって1か月がたちました。環境が変わって、新しい出会いに
 たの おも
 ワクワクしたり楽しんだりしたことがたくさんあったと思います。でも、ストレ
 ふあん かん じぶん き つか
 スや不安を感じることもあったはず。自分では気づかないうちに、疲れてしまう
 とき じかん じぶん ところ からだ かんが
 時もあります。たまには、ゆっくりする時間をとって自分の心や体のことを考
 じかん
 える時間もつくってみてくださいね。



あたらし まいにち せい かつ すこ な
 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？

慣れてきた頃 注意報 発令中!

1

事故に
注意!

くるま きゆう と
 車は急に止まれません。
 ほかの人の迷惑になっ
 てるかもしれませんね。
 たの とう げ こうちゆう
 楽しい登下校中も、しっ
 かりまわりを確認しなが
 らある
 歩きましよう。

2

ケガに
注意!

ろうかを走ると、自分だけ
 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
 い どう じかん よゆう
 移動するときも、時間に余裕
 を持つて動きましよう。

3

言葉づかいに
注意!

なかのいい友だちでも、言
 われて傷つく言葉があり
 ます。嫌な思いをさせて
 しまったときは、素直に
 「ごめんなさい」と言い
 ましよう。

ごめんなさい

こんな日は熱中症に注意!

急に暑くなった

気温が高い

湿度が高い

風がない

5月健康診断カレンダー



健康診断 けんこう しん だん まだまだ続きます

29日(月)	30日(火)	5月1日(水)	2日(木)	3日(金)
昭和の日			耳鼻科検診 (1・3・5年:耳鼻のど) (2・4・6年:鼻のみ)	憲法記念日
振替休日	(★尿検査容器配布)	尿検査(2次) ※1日のみ		眼科検診(全学年)
6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)
	内科検診 (ひ・4~6年)			
13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
心臓検診1年		(心臓検診予備日) (10:00~市役所)	歯科健診(全学年)	
27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)
	内科検診 (1~3年)			脊柱側弯症検診 5年

内科検診について

【服装と準備】

体育着(半そで・半ズボン)
髪の高い人はゴムで結ぶ

【検診項目】

心臓、皮膚、呼吸器、栄養状態、脊柱及び四肢の運動機能
結核感染についての疑いの有無 など

【検診の方法】

- * 保健室内では、つい立等を使用し、男女別に仕切ります。
- * 検診時は、つい立・カーテン等を使用した個別スペースがあります。
- * 男子の検診は、担任または学年の教員及び教務女子の検診は、養護教諭が記録・補助として付き添います。
- * 正確な検診を実施するために、体育着・下着を上げることがあります。
- 個別の配慮等が必要な場合は学校までご相談ください。



保健室からのお願い

健康診断の結果、精密検査や治療が必要なお子さんには受診のすすめを配付しております。お子様の今の健康状態を知る手がかりともなりますので、通知を受け取りましたら、医療機関を受診するようにお願いいたします。特に、耳鼻科、眼科、内科などプールに関わる健康診断はなるべくプール開きまでにご受診ください。すべての結果を記載した「定期健康診断結果のお知らせ」につきましては、1学期末に配付いたします。

受診しましたら、学校へ通知をご提出ください。また、学校での健康診断は疾病・異常の疑いを選び出す「スクリーニング」のため、病院では「異常なし」と言われる可能性もありますので、ご了承ください。

上手に活用しよう

確認



「どれくらい成長したかな?」「目は悪くなっていないかな?」
おうちのひとと一緒に確認しましょう

振り返り



自分の体の状態を知って、これから気をつけることや今まで通り続けていきたいことを考えてみましょう

気になるところがあった人は、早めに受診を

