

ほけんだより 5月号

令和4年4月28日
 新宿区立落合第四小学校
 校長 本間 基史
 養護教諭 樋口 紗良

新年度がスタートしてから1か月が過ぎました。
 新しい環境にもそろそろ慣れてきたのではない
 でしょうか。その一方で、緊張していた心がゆるんで、
 つかれがたまってくる時期でもあります。
 ゴールデンウィークでつかれた心やからだを上手に
 リフレッシュして、連休明けも良いスタートがきれる
 ようにしましょう。

ゴールデンウィークも

2022年 5月

規則正しい生活リズムで



5月 保健行事予定

11日(水)	■心臓検診 午前中 (1年生・他学年該当者)
12日(木)	■眼科検診 13:00~ (全学年) ■尿検査2次容器配布 (対象者のみ)
13日(金)	■耳鼻科検診 (56年) 13:00~ ■尿検査2次回収 (1次未提出の人も回収します)
16日(月)	■耳鼻科検診 (12年) 13:00~ ■尿検査2次回収 (追加回収)
18日(水)	■心臓検診欠席者検診
19日(木)	■歯科検診 (56年) 8:45~

まだまだ健診が続きます。引き続き、準備など忘れずに。

からだ 5月の保健目標 体をせいけつにしよう



せいけつ・みだしなみチェック!

せいけつ・みだしなみの習慣はきちんと身につけていますか。これから気温が上がると、たくさん汗をかくようになります。せいけつ・みだしなみの習慣が身につけていないと、体の汚れがたまっていく一方です。自分の生活をふり返ってみましょう。

手足のつめはのびてない?

口はだ着は身につけている?

毎日お風呂に入っている?

こまめに手洗いしている?

ごはんの後は歯みがきしている?

◆ハンカチ・タオルを持ってきましょう◆

最近ハンカチを忘れてる人をよく見かけます。せっかくきれいに手を洗っても清潔なハンカチがなければ意味がありません。毎日ハンカチを家から持ってきて、常に身につけておくようにしましょう。

また、休み時間や体育の時間などに、汗をかいてそのままにしている人を見かけます。ハンカチとは別に、汗拭きタオルも持ってきましょう。

【保護者のみなさまへ】

4月からの健康診断への準備等、学校保健活動にご協力いただきありがとうございます。定期健康診断の結果で、受診が必要なお子さんには『結果のお知らせ』をお配りしております。『結果のお知らせ』を受け取りましたら、なるべく早く専門医での診察、治療をしていただきますようお願いいたします。

健康診断の結果を
お知らせします