

ほけんだより 5月号

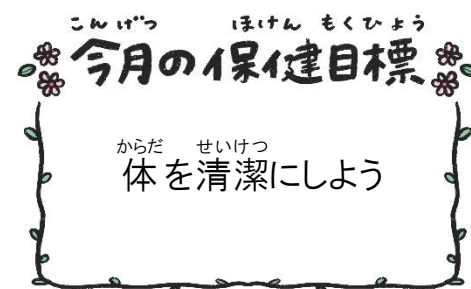


令和6年5月7日
新宿区立落合第四小学校
校長 中里 満晴
養護教諭 白山 里恵

新年度がはじまり1か月がたちました。新しいクラスでの学校生活に慣れてきた一方で、体や心の疲れが出やすい時期でもあります。5月は気温も変化しやすく、日に日に暑さも増してきます。まだ体が暑さに慣れていないため、夏ほど気温が高くなっても熱中症への注意が必要です。質の良い睡眠、バランスのとれた食事、こまめな水分補給で体調管理をしましょう。

【5月の保健行事予定】

日にち	けんしんないよう 検診内容	たいしょう 対象	ちゅういじこう 注意事項
8日(水)	しんぞうけんしん しんでんずけんさ 心臓検診(心電図検査)	ねんせい ちゅうしゅつじ 1年生・抽出児	からだをきれいに洗ってきましょう けんさ たいいくぎ おこな 検査は体育着で行います
9日(木)	しかけんしん 歯科検診	ねんせい 5・6年生	は 歯みがきをしてきましょう
10日(金)	ないかけんしん 内科検診	ねんせい 4・5・6年生	からだをきれいに洗ってきましょう けんさ たいいくぎ おこな 検査は体育着で行います
13日(月)	にょうけんさにじ かいしゅう 尿検査二次 回収	たいしょうじ 対象児	たいしょうじ わす 対象児は忘れずに持ってきましょう
	しりょくけんさ 視力検査	ねんせい ねん くみ 4年生・6年2組	めがねを持っている人は忘れずに も 持ってきましょう
14日(火)	しりょくけんさ 視力検査	ねんせい ねん くみ 1年生・2年1組	
15日(水)	にょうけんさにじ ついかかいしゅう 尿検査二次 追加回収	みていしゅつじ 未提出児	たいしょうじ わす 対象児は忘れずに持ってきましょう
	しんぞうけんしん けつせきしやけんしん 心臓検診 欠席者検診	みけんしんじ 未検診児	14:30～ きょういくせんたー 教育センター
30日(木)	がんかけんしん 眼科検診	ぜんこうじどう 全校児童	けんしんまえ てあら 検診前に手洗いをしましょう
31日(金)	じびかけんしん 耳鼻科検診	ねんせい 1・2年生	こうはく 紅白ぼうしをかぶって行います



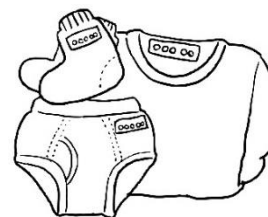
身だしなみ・清潔チェック

身だしなみ・清潔の習慣は身についていますか？
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。身だしなみ・清潔の習慣が身についていないと、体の汚れがたまっていく一方です。自分の生活を振り返ってみましょう。

ハンカチ・ティッシュは持っていますか？



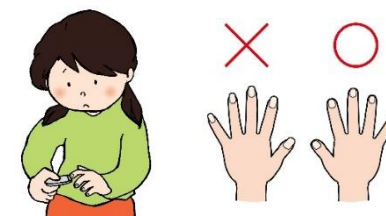
きれいな肌着をつけていますか？



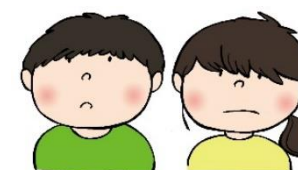
石けんを使って手洗いをしていますか？



手・足の爪は伸びていませんか？



前髪が伸びて目にかかっていますか？



汗をかいたらこまめに着がえていますか？



【保護者の皆様へ】

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。