

ほけんたより



平成30年5月2日(水) 吉川市立旭小学校 保健室

新年度が始まって、1ヵ月がすぎました。新しい環境には慣れたでしょうか？昼間と夜の気温の差が大きい日もあり、体調をくずしやすい時期でもあります。「疲れたな」と感じたら、いつもより早めに寝て、たっぷり睡眠をとることが大切です。ゴールデンウィークにはひと休みできる日を作ってくださいね。元気をつけて5月もがんばりましょう。

5・6月の健康診断日程

月	日	曜	内容	持ち物・お願い など
5	7	月	内科検診(1~3年)	体操服
	8	火	尿検査1次 回収日	朝起きて、最初の尿をとる
	9	水	内科検診(4~6年・なかよし)	体操服
6	6	水	尿検査2次 回収日	再検査が必要な人が対象



「身だしなみ・生活チェック」をしよう!

- つめはきりましたか？
- お風呂できれいに体を洗っていますか？
- 歯みがきをしていますか？
- うがい・手洗いをしていますか？



- 前髪は目にかかっていませんか？
- 朝ごはんは食べましたか？
- 朝、トイレには行きましたか？
- ハンカチ・ティッシュは持っていますか？
- うわばきはきれいに洗いましたか？

登校するとき、お家の人に「行ってきます」をする前に確認をする習慣をつけましょう。確認したら笑顔で大きな声で「行ってきます」と言えるといいですね。



健康診断の結果のお知らせをもらった人は、必ずお家の人にみせてください。

● 保護者の皆様へ ●

①早めの受診をお願いします

保健関係書類のご提出、ありがとうございました。学校での健康診断はスクリーニング(疑わしいものを選びだすこと)です。実際に異常があるかどうか、また、その原因や治療法を知るには医療機関での診察や検査が必要です。『治療勧告書』が配布されましたら、早めの受診・検査をし、結果を学校へお知らせください(治療勧告書を学校へ提出)。既に治療中の場合は、主治医の指示にしたがってください。

※歯科健診は、所見がないお子さんにも結果を配布します。

②日本スポーツ振興センター掛金の集金にご協力をお願いします

日にち：5月10日(木)・11日(金)

金額：460円(おつりのないようにご用意ください)

方法：集金袋に入れて、学級担任に提出

※日本スポーツ振興センターの災害給付制度は、お子さんが学校管理下においてけが等をして医療を受けた場合に、災害給付金が保護者様宛に支給される制度です。詳しくは後日お知らせを配付いたしますので、ご確認ください。

熱中症に気をつけましょう

この時期に、急に気温が高くなると、体が暑さに慣れていないため、熱中症になることがあります。外で活動するときは、日差しを防ぐ服装をして、こまめに休憩をとり、水分補給をしましょう。また、規則正しい生活をして暑さに負けない体をつくりましょう。



© 少年写真新聞社 2018

「熱中症は夏の病気だろう」と思われがちですが、急に暑くなります、体が暑さに慣れていない時期に熱中症になりやすいのです。

保健室より

4月から旭小に赴任し1ヶ月が経ちます。元気よく挨拶し、活発に外遊びをしている子どもたちの姿がよく見られます。

保健委員会の子どもたちも動きもで自主的に活動していて感動しました。

子どもたちが安心して学校生活を送れるのも保護者の方の家庭での支援・指導のおかげだと感じています。

これからもよろしくお願いします。

5月、6月と健康診断も続きます。持ち物や記入書類など多く、お手数おかけしますがよろしくおねがいします。