



令和7年5月1日
吉川市立美南小学校
ほ け ん し つ

5月5日はこどもの日ですが、「端午の節句」とも言われています。子どもの健やかな成長を祈る行事です。こどもの日に飾られる兜は「兜が身を守って、災いや病気がふりかからないように。」との願いが込められています。兜は折り紙でも作れるので健康を祈って飾ってみてもいいですね。



5月の健康診断日程

月	火	水	木	金
5	6	7 内科検診 1年生 たけのこ・たんぼぼ(1年生)	8 尿検査 全学年	9 尿検査予備日 全学年
				歯科健診 2年1～3組
12 内科検診 6年1～4組	13 歯科健診 2年4～6組 たけのこ・たんぼぼ	14 歯科健診 3年生	15 歯科健診 5年生	16 歯科健診 1年1～3組
19 内科検診 6年5～7組	20 歯科健診 1年4～6組	21 歯科健診 4年生	22 はみがき教室 1年生	23
26	27	28	29 尿検査2次 対象者	30 尿検査2次 予備日

こんげつ ほけんもくひょう
今月の保健目標

ねっちゅうしょう よぼう
「熱中症を予防しよう ～のどがかわくまえに水を飲もう～」



うんどうかいれんしゅう
**運動会練習が
はじ
始まります！**

この時期は体が暑さに慣れていない中、運動する時間が増えるため、体調不良になりやすくなってしまいます。元気に過ごすためのコツを確認しましょう。

①のどがかわくまえに水分をとろう
のどが渇いたときは水分が足りていない証拠です。休み時間には必ず水分をとるようにしましょう。

②毎日ぐっすりねむり、朝ごはんもしっかり食べよう
運動する量が増えると体のエネルギーも減ってしまいます。たくさんの栄養と十分なすいみんで、毎日の疲れをとりましょう。



保護者の方へ

健診で医師からの診断が出た場合に、治療勧告書を配付します。治療が必要な場合もありますので、できるだけ早く病院を受診するようにしてください。すでにご家庭で管理している場合は、その旨をご記入いただき返却ください。