

ほけんだ
よりは、
おうちの
ひとと一緒
に読みま
しょう。

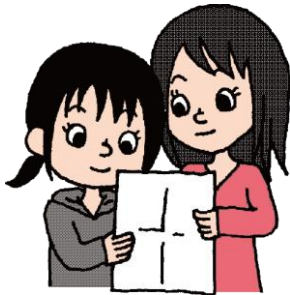
5月の保健目標『見つかった病気を早く治そう』

新学期が始まってもうすぐ1か月がたちますね。新しい生活に慣れてほっとするこの時期は、今まで緊張していた分の疲れが出て体調を崩しやすい時期でもあります。無理をせず、睡眠をしっかりととり、心と体をリラックスさせてくださいね。



健康診断の結果が返ってきたら…

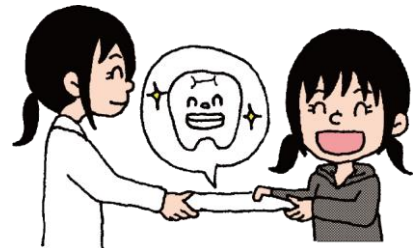
おうちの人に必ず渡す



早めに病院でみてもらう



結果を学校に提出する。



健康診断の結果、精密検査や治療が必要な人にはプリントでお知らせします。内容をご確認いただき早めに受診してください。受診結果については報告をお願いいたします。

熱中症になりやすい季節です!

5月は、日中急激に気温が上がる場合があります。体が暑さに慣れていないこの時期は、真夏のように気温が高くなくても熱中症になりやすいです。運動会の練習も始まりますので、気を付けて過ごしましょう。



衣服で調節しよう



こまめに水分補給しよう



外ではぼうしをかぶろう

たくさんがんばっている人へ

さわやかな五月晴れが続いているのに、なぜか気が晴れないという人はいませんか？

4月、新しい学年になりたくさん頑張った分、だんだんと慣れてきて、心の疲れが出てきているのかもしれません。

右のような症状のある人は、次のことを実践してみましょう。



心の疲れをとる生活のヒント

とも友だちと遊んだり、からだ体を動かしたりする



しんぱいことなやこと心配事や悩み事をだれかに話す



じかんきはやね時間を決めて早めに寝る



きそくただせいかつ規則正しく生活することで、心が落ち着いて元気になってきますよ！



保護者の方へ

今月で、定期健康診断が終わります。調査票の記入、提出にご協力いただきありがとうございました。

健康診断の結果、所見がある場合には、検診から1週間以内に「疾病通知」をお配りします。お子さまに、「疾病通知」をもらっていないか、声をかけてみてください。疾病通知を受け取られましたら、早めに受診をお願いいたします。異常がない場合は特別なお知らせはいたしませんのでご了承ください。

今年度より、歯科の疾病通知の様式が変更になりました。今までの半分のA5サイズの用紙となります。ピンク色の疾病通知を受け取りましたら、受診をお願いします。

学校では、折に触れて手洗いの指導をしております。手洗いの後、ハンカチがないと手を拭けずに困ってしまいますので、毎日きれいなハンカチを持たせてください。また、ハンカチの予備をランドセルに入れておいていただけるととても助かります。ご協力をお願いいたします。

今後の感染症法の分類変更などにより、学校の対応が変わることがありますが、その際には別途お知らせいたしますので、ご確認をお願いします。