

ほけんだより

5月

名細小学校 保健室
No. 2
令和5年5月1日

新学期が始まって約1か月となります。新しいクラスや学年には慣れてきたでしょうか。そして、ふと気づくと体がだるい、落ち込みぎみということはありませんか。十分な休息をとり、5月も健康に過ごしましょう。



5月の予定

◆：校内での検診 ☆：提出日 ○：配布物 ()：対象学年

月	火	水	木	金
1日 ★尿検査一次	2日 ★尿検査一次	3日 憲法記念日	4日 みどりの日	5日 こどもの日
8日	9日	10日	11日 ◆耳鼻科検診 (全学年)	12日
15日 ◆内科検診 (1・2・3年)	16日	17日 ◆内科検診 (くすのき・4・5・6年)	18日 ◆心臓検診 (1年)	19日 ◆眼科検診 (全学年)
22日	23日	24日	25日	26日
29日	30日	31日		



4月より行っている健康診断の結果をお知らせしています。再度、診察を受けた方が良い児童へは「治療のお知らせ」を配布しています。受け取った際には、早めの医療機関受診をお願いいたします。

●全校児童へ結果を配布

身体測定、視力検査、聴力検査、歯科健診

●所見ありの児童のみ結果を配布

眼科検診、耳鼻科検診、内科検診、心臓検診（1年生）

☆すべての検診終了後、「健康診断結果のお知らせ」という個票を全校児童へ配布します。

運動会に備えてすること

5月27日は運動会です。一生懸命練習してきた成果をたくさんの人に見てもらうためにも体の調子を整えることが大切です。今日から次のことに気をつけて本番をむかえましょう。

運動会本番で気をつけること

足に合ったくつのはききちんとむすんでほこう。



じゅんぴ運動をしっかりとしよう。



汗ふきタオル・水とうは忘れずに。

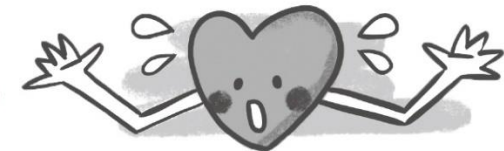


具合の悪いときは無理せず休もう。

手足のつめは切っておこう。



5月病になっていませんか?



あたらしいかんきょうやともだちに緊張



れんきゅう きもゆる 連休で気持ちが緩む



れんきゅうあ たいちょうふりょう 連休明けに体調不良...



こんなことをしてみましよう

なにかんが じかんつく 何も考えない時間を作る

ねむ ぐっすり眠る

しんらい ひと そうだん 信頼できる人に相談する

す 好きなことをする

キャラクターの名前

年 組 名前

キ
リ
ト
リ

なぐわし小歯の健康ゆるキャラ

今年も募集決定！！

名細小学校の歯の健康を守るために、今年も『歯の健康ゆるキャラ』を募集します！！作品の中から、みなさんの投票により最優秀作品を決めたいと思います。最優秀作品は、1年間名細小学校の歯のゆるキャラとして色々な場面に登場する予定です。たくさんの応募を待っています！

〈応募方法〉

- ・応募作品は1人1作品までです。
- ・右側の応募用紙にオリジナルのキャラクターをかきましょう。
※アニメのキャラクターなどは×
- ・完成した作品は保健室前のポストに提出してください。
(保健室にも応募用紙を用意しています)

しめきり:5月15日(月)



昨年度の優秀作品
「はーちゃん」

なぐわし小歯の健康ゆるキャラ

今年も募集決定！！

名細小学校の歯の健康を守るために、今年も『歯の健康ゆるキャラ』を募集します！！作品の中から、みなさんの投票により最優秀作品を決めたいと思います。最優秀作品は、1年間名細小学校の歯のゆるキャラとして色々な場面に登場する予定です。たくさんの応募を待っています！

〈応募方法〉

- ・応募作品は1人1作品までです。
 - ・右側の応募用紙にオリジナルのキャラクターをかきましょう。
- ※アニメのキャラクターなどは×
- ・完成した作品は保健室前のポストに提出してください。
(保健室にも応募用紙を用意しています)

しめきい:5月15日(月)



昨年度の優秀作品
「はーちゃん」

キ
リ
ト
リ

キャラクターの名前

年 組 名前