

保健だより

下阿多古小学校
令和6年5月号

新緑が鮮やかな季節となりました。新しい学校生活には慣れたでしょうか。

いよいよ運動会の練習が始まります。急に気温が上昇し、体が暑さになれていないことにより、この時期でも「熱中症」が心配されます。毎日必ず赤白帽子とお茶入りの水筒を持たせるようにしてください。汗拭きタオルや着替え用のシャツなどを用意することもお勧めします。

寒暖の差が大きい5月。



衣服の調節 こまめに、ね。

5月の保健目標 生活リズムを整えよう

☆「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけましょう。毎日、同じ時刻に起きて同じ時刻に寝ることを意識して過ごすと生活リズムが整います。



5月の保健行事



7日（火） 健康安全の日

◎毎月、健康安全の日には家庭に健康手帳を持ち帰ります。家庭で体重測定後、結果とグラフを記入し、確認のサインをして学校へ提出してください。（家庭に体重計がない場合は、学校で測定できます。）また、健康手帳裏面の生活習慣チェックも行ってください。

8日（水） 尿検査①（全学年）

☆裏面の「尿検査のお知らせ」をよく読んで忘れずに提出してください。

9日（木） 歯科検診（全学年：午前中） 担当：秋山歯科医院 秋山龍臣先生

☆朝の歯みがきをていねいにしましょう。

15日（水） 内科検診（全学年：午後） 担当：あたご診療所 上野山庄一先生

※事前に結核問診票、脊柱検査問診票（全学年）の記入・提出をお願いします。

22日（水） 尿検査②（該当者のみ） ※ 該当する子には、個別に連絡します。

31日（金） 耳鼻科検診（全学年：午後） 担当：清水医院（袋井）清水敏也先生

☆「結果のお知らせ」について

◎健康診断で、病気や異常が見つかった場合は「結果のお知らせ」にて通知をします。「異常なし」の場合は通知をしません。

ただし、歯科については全員に結果をお知らせします。

◎先日、視力検査の結果のお知らせを配布しました。視力は片目でもB以下（裸眼視力・矯正視力とも）のお子さんに通知をしています。また、眼科検診でメガネのフィッティングにズレがあり、調整が必要と診断されたお子さんにも通知をしています。



☆裏面に「尿検査のお知らせ」が載っています。必ず見てください。