

5月のほけんだより

小川南小学校 保健室
令和4年5月2日



5月2日は八十八夜。天気が落ち着き、田植えの準備や茶摘みなどを行うのにぴったりの時期なので、昔の人は「夏の準備を始める目安」としていたそうです。
半袖で過ごせる日も増えてきました。夏に向けて体調管理をしていきましょう。

新しいクラスや毎日の生活に少し慣れてきた頃です。こんな人はいませんか？

慣れてきた頃 注意報 発令中!

1

事故に注意!

車は急に止まれません。ほかの人の迷惑になっているかもしれません。楽しい登下校中も、しっかりまわりを確認しながら歩きましょう。

2

ケガに注意!

ろうかを走ると、自分だけでなく、友だちにもケガをさせてしまうかもしれません。休み時間が終わるときや授業で移動するときも、時間に余裕を持って動きましょう。

3

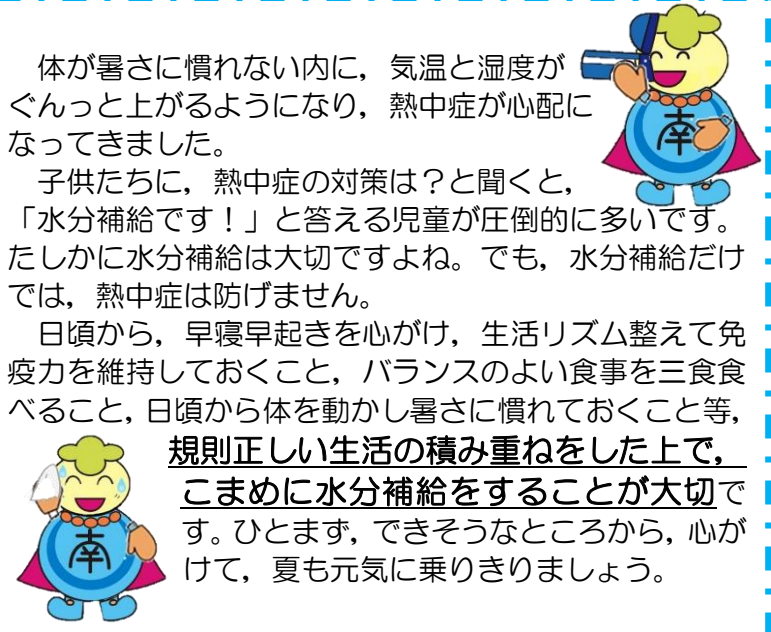
言葉づかいに注意!

仲のいい友だちでも、言われて傷つく言葉があります。嫌な思いをさせたときは、素直に「ごめんなさい」と言きましょう。

熱中症は水分補給だけで防げる?

体が暑さに慣れない内に、気温と湿度がぐんっと上がるようになり、熱中症が心配になってきました。
子供たちに、熱中症の対策は?と聞くと、「水分補給です!」と答える児童が圧倒的に多いです。たしかに水分補給は大切です。でも、水分補給だけでは、熱中症は防げません。

日頃から、早寝早起きを心がけ、生活リズムを整えて免疫力を維持しておくこと、バランスのよい食事を三食食べることで、日頃から体を動かし暑さに慣れておくこと等、**規則正しい生活の積み重ねをした上で、こまめに水分補給をすることが大切です。**ひとまず、できそうなところから、心がけて、夏も元気に乗りきりましょう。

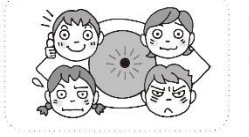


5月の健康診断



- 5月9日(月)・10日(火) 聴力検査(1・2・3・5年)
- 5月12日(木) 尿検査(4/26に提出していない人)
- 5月19日(木) 歯科検診(1・2・3年)
- 5月25日(水) 内科検診(3・4年)
- 5月26日(木) 歯科検診(4・5・6年)
- 5月31日(火) 尿検査(二次検査対象者)

健康診断の結果、病院への受診を勧める場合は、個別にお知らせします。お知らせが届いた際は、早めに病院に行って、詳しく診てもらうことをお勧めします。



視力検査の結果、片眼でもB以下だった児童への受診勧告書は5月中頃を予定しています。
また、すべての健康診断が終わり、結果がまとまりましたら、けんこう手帳にてお知らせします。
色覚検査は、希望者多数のため、その他の健康診断が落ち着いた時期に実施する予定です。