

# ほけんだより

# 5月



令和6年5月1日(水)  
大崎市立川渡小学校  
第2号

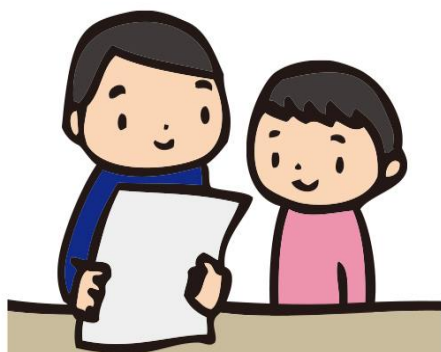
新年度から1か月が経とうとしています。新しい学年になり、お子様は心身共に疲れてきていないでしょうか。連休を機に心も体も大いにリフレッシュをしてほしいと思います。さて、連休後には、運動会練習も本格的に始まります。どの行事にも「川渡小学校最後の…」がつく今年度、大きなけがなく、元気いっぱい在校庭を駆け回る児童のみなさんの姿が見られることを願います…！

## 5月の健康診断・配付物予定

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7 【尿検査一次配付】 全学年	8 【尿検査一次 回収日①】 ☆朝に忘れずに 持ってくること	9 【尿検査一次 回収日②】 ☆朝に忘れずに 持ってくること	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23 【眼科検診】 全学年 9時半～	24	25
26	27	28 【内科検診】 上学年 13時～ 4・5・6年生	29	30 【内科検診】 下学年 13時～ 1・2・3年生	31	

※色覚検査は、保健調査票に記入いただいた希望者のみに、5月中実施いたします。

## しっかりチェック！



## けんこうしんだんのけっか

### 健康診断結果のお知らせ

各健康診断終了後、下記に該当するお子様に結果のお知らせを配付します。4月に実施した視力検査、歯科検診結果は5月中に配付予定です。封筒の中をご確認いただき、治療が必要な場合は早めに受診願います。書類確認後、封筒のみ学校にお返しください。

- ★黄色の用紙……………視力検査（視力B以下）
- ★黄緑色の用紙……………歯科検診（全員）
- ★青の用紙……………耳鼻科検診（有所見者）
- ★ピンクの用紙……………眼科検診（有所見者）

※色覚検査結果は白い用紙で配付いたします。  
※病院受診後、お知らせ用紙の下半分（報告書）を切り取って学校に提出してください。



## 運動会に向けての準備を！



### 体の清潔のために

- 汗拭き用タオル・着替え等は多めに用意をする。
- 毎日しっかり入浴する。



### 体調を崩さないようにするために

- 十分な睡眠とバランス良い食事をとる。  
(長時間のメディアの使用はほどほどに)
- 調子が悪いときには学校に連絡をする。
- 水筒を持参する。(水かお茶)



### 体を守るために

- 手足の爪を切っておく。
- 運動に適した運動靴をはく。  
(はき慣れたものが良いです)
- 必要に応じ、虫よけスプレーや日焼け止めクリームを持参する。

## 急な暑さに備えた対策を心がけよう

寒暖の差がはげしい時期です。熱中症にならないように注意して生活してください。



脱ぎ着のしやすい服装で、体感温度を調節しましょう



気温が高いときはのどがかわく前に水分補給を



外出するときは帽子や日傘で紫外線をさけましょう

さわやかな5月でも

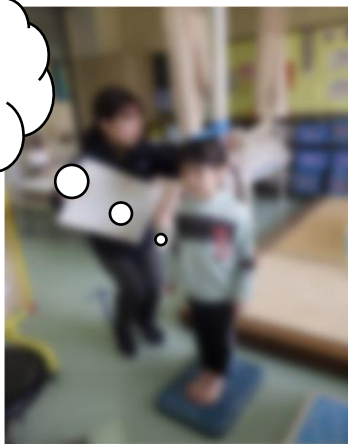
「暑いかも？」

「涼しいかも？」

お子様も気温や体調に合った服装や、水分補給ができるようになると良いですね。

## ☆4月の健康診断・保健指導☆

ぐんぐん  
成長中  
です！



1年生は小学校での  
初めての健康診断！  
じょうずにできました！



ドキドキの歯科検診！  
痛くなかったね！



こちょこちょみがき  
覚えたね！



健康診断のすべての結果は「健康のきろく」でお知らせいたします。※1学期終了時配付予定です。