

ほけんだより

5月

No 2

R6. 5. 1
柳瀬小学校
保健室

あたらしいかんきょうにも慣れて、ホッとするとする5月は、疲れがやすい時期でもあります。
また暑くなったり、涼しくなったりの気候の変化も大きく体調を崩しやすい時期でもあります。
5月は運動会の練習が始まります。生活リズムを整えて、早めに休養をとるように心がけましょう。

5月の保健行事

- 8日(水) 内科検診 (4・5・6年・あすなろ)
- 15日(水) 心電図検査 (1年)
- 22日(水) 内科検診 (1・2・3年)
- 23日(木) 尿検査 (全校)
- 24日(金) 尿検査 (予備日)
- ※ 尿検査2次(再検査が必要な場合)は、6月7日(金)です
- 29日(水) 耳鼻科検診 (全校)

耳掃除のポイント



入り口付近をやさしく

※前日の注意※
耳を強くゆすぎない！
めん棒で入口を軽くなでる程度で十分です。

もうすぐ運動会!!



うんどう
じゅんぴ運動を
しっかりと



すりキズをしたときは、
みずあらい
まず水洗い



たいちよう
体調がわるいときは、
むり
無理をしないで!



ちゆう
れんしゆう中は、
ぶざけない



ぼうし
竹がの防止に、
こうてい
校庭の小石などをひろおう



あたま むね う
頭や胸を打ったときは、
ほけんしつ
すぐに保健室へ連絡を!



ティッシュ ハンカチ

ポケットへ

つめのびていないかな?



つめがのびたら
こまめに切ろうね



せつ
石鹸で手をあらった後は、きれいなハンカチやタオルで
ふくようにしましょう。毎日忘れずに持ってきてきましょう。

また、体育着のポケットにも、
ハンカチ・ティッシュを入れて
おきましょう。教室に置いた
ままにしないでね!

手を洗ったあとは



ハンカチでふこう

急な暑さに^{きゆう} ^{あつ}ご用心^{ごようじん} 寒暖の差が大きい^{かん だん さ おお} この時季の備え^{このじきのそなえ}



脱ぎ着のしやすい服で
体感温度を調節しよう



汗をかいたら清潔な
タオルやハンカチでふこう



気温が高いときは
こまめに水分補給をしよう



外出のときは帽子をかぶり
紫外線を避けよう



治療のすすめをもらったら

健康診断の結果、治療を必要とする場合、疾病の疑いがある場合には「治療のすすめ」をお渡します。早めに受診し、その結果について学校へお知らせください。すでに受診していたり、定期的に受診していたりする場合は、保護者の方が「治療のすすめ」にその旨を記入し、提出してください。
なお、異常がない場合は、「治療のすすめ」の配布はありません。1学期末に「健康診断の結果」を配布しますので、ご確認ください。

学校医の検診を欠席した場合

内科・眼科・歯科・耳鼻科検診を欠席した児童は、学校医の病院で健康診断を受けることができます。受診を希望される方は、保健室までお知らせください。

病院へ持参する書類をお渡しいたします。
6月30日までに受診するようお願いいたします。
なお、学校医以外の病院では使用できませんので、ご注意ください。



- ★ 学校医の先生方 ★
- 内科**：松田秀雄先生（松田母子クリニック）
所沢市本郷 1080-5
 - 耳鼻科**：谷本一憲先生（ふれあい耳鼻咽喉科）
所沢市西所沢 1-23-3-3F
 - 眼科**：平岡 利彦先生（平岡眼科）
所沢市東町 11-1-207
 - 歯科**：依田 陽子先生（ソレイユ歯科）
所沢市山口 28

ハンカチの持参について

感染症の予防の基本は、手洗いです。引き続きこまめな手洗いを指導していきますので、清潔なハンカチやタオルを必ず持たせるようにしてください。
ハンカチの共有はしないように指導しています。

きれいなハンカチで
ふくまでが手洗いです

