

ほけんだより 5月号

がっこう
～おうちの人と一緒に読みましょう～

令和4年5月
東小学校
保健室

～5月の保健目標～

自分の体を知って
しょうぶになろう



新学期になって1か月。新しい環境に、お疲れぎみの人もい
るかもしれません。心と体はお友達なので、どちらかが疲れてし
まうともう片方も疲れてしまいます。疲れをためすぎないように、
心と体の両方をしっかり休めましょう★

～保健室からのお知らせ(5月の健康診断)～

5月 6日	内科検診	全学年
5月 13日	心臓検診	1・4年
5月 17日	歯科検診	全学年

※5月に予定しておりました、眼科検診及び耳鼻科検診
の日程を変更いたします。

○眼科検診→6月15日 ○耳鼻科検診→秋(日にち未定)

耳鼻科検診の前日には必ず耳そうじ
をしましょう！綿棒や耳かきは奥まで
入れずに、入口の近くをやさしくそ
うじてね★

健康診断、まだまだ続きます



～気になること・知りたいこと大募集～



↑募集箱

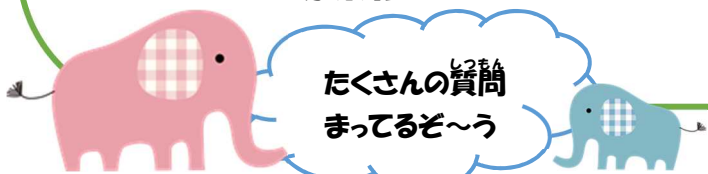
保健室では健康や身体について、みなさん
の気になることや知りたいことを募集して
います。募集した質問は、ほけんだよりにて
お答えします！

募集箱は保健室前の廊下にあります。
質問の用紙をそばに置いておくので、質問が
ある人は、書いて箱に入れてください。
みなさんからの質問お待ちしております☆

質問の例・・・

- 目がよくなるにはどうしたらよいか？
- 夜、眠たくなるのはどうしてか？ など

たくさんの質問
まってるぞ～う



トイレが泣いています！



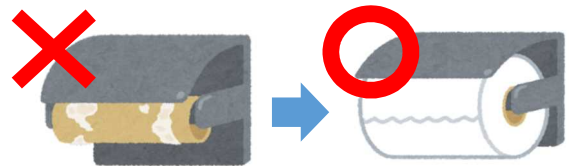
さいきん 最近トイレの点検に行くと、トイレットペーパーが床に散らばっていたり、トイレットペーパーの芯だけになっていたりトイレがきれいな状態でないことがとても多いです。トイレは自分だけが使うものではありません。次の人のことを考えてトイレを使うようにしましょう。

～トイレでのお願い～

①トイレットペーパーがちぎれて床に落ちてしまったときは、拾って捨てましょう。



②トイレットペーパーがなくなったときは、新しいトイレットペーパーをいれましょう。新しいトイレットペーパーはトイレ内の水道にあります。



モヤモヤ・イライラしていませんか？

☆不安になることは当然のこと

・悲しくなったり、不安になったり、混乱したり、イライラしたり、怒ったりすることは当然のことです。あなたは1人ではありません。お父さんやお母さん、先生など信頼できる人と話しましょう。話すことで心がホッとします。1人で抱え込まないでね。

☆がまんしないで伝えてね

・体や心の調子が悪くなったら、おうちの人や周りのおとなの人に伝えましょう。そして、体の調子が悪い時は、お家でゆっくり休みましょう。



【保護者様へ】



健康診断の結果について



4月から健康診断が始まり、身体計測、視力検査、聴力検査、内科検診が終わりました。5月・6月にも検診があります。各検診の結果は、すべての検診が終了次第、《すこやか》という健康票でお知らせいたします。

各検診で受診の必要がある児童には、健康票を配付する前に「受診のすすめ」をお渡しいたします。お子様がより健康に学校生活を送るためにも、早めの受診をお願いいたします。

～先日配布したもの～

- ★視力検査結果のお知らせ(視力検査でB以下の児童)
- ★聴力検査結果のお知らせ(聴力検査で受診を要する児童)
- 受診が済みましたら、担任まで結果をご提出ください

