

いまいすみしょうがっこう
今泉小学校
れいわ ねん がつ
令和5年5月
おうちの方と
いっしょ よ
一緒に読みましょう

5月5日は『こどもの日』です。男の子も女の子も、元気にいっぱい
いに幸せに成長するようにと願う日です。みなさんも、自分を大切に
するとともに、まわりの人も大切にする心をもって、大きくなって
いってほしいと思います。

新学期が始まって1か月が経ちましたが、知らず知らずに頑張り
すぎて、心や体の疲れも出てくる頃です。無理しすぎないように、ゆっ
くり休める時間も作って、しっかり体の調子を整えておきましょう。



あさ た 朝ごはんを食べないとどうなるの？



けん こう しん だん つづ 健康診断が続きます！



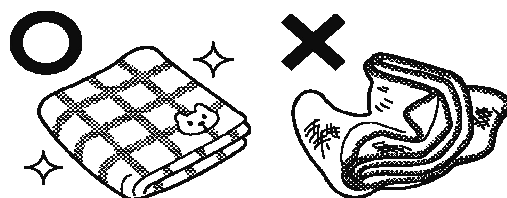
じっしつ ひ 実施する日	こうもく 項目	じかん 時間	たいしょうがくねん 対象学年
5/11 (木)	がんかけんしん 眼科検診	8:45～	ぜんがくねん 全学年
5/12 (金)	しかけんしん さえきせんせい 歯科検診① (佐伯先生)	8:45～	5・6年
5/15 (月)	にょうけんさ じ 尿検査1次	あさかいしゅう 朝回収	ぜんがくねん 全学年
5/17 (水)	しんそうけんしん 心臓検診	8:45～	1・4年
5/18 (木)	しかけんしん たてのせんせい 歯科検診② (館野先生)	8:45～	3・4年・いずみ
5/23 (火)	ないかけんしん あおきせんせい 内科検診① (青木先生)	13:00～	3・6年・いずみ
5/25 (木)	しかけんしん たてのせんせい 歯科検診③ (館野先生)	8:45～	1・2年
5/29 (月)	にょうけんさ じ 尿検査1次②	あさかいしゅう 朝回収	みていしゅうつしゃ 未提出者

て せい けつ たも 手の清潔を保つために

き
つめを切っておこう



せい けつ
清潔なハンカチを持ち歩こう





病気の発見に役立つ「尿検査」

尿路感染症などの尿路の病気は、尿検査で発見することができます。早く見つければ、症状が軽いうちに治すことができます。検査は決まりを守って、正しく受けましょう。

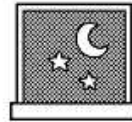
①前日には、くだものやジュースなどのビタミンCの多いものをとらない。



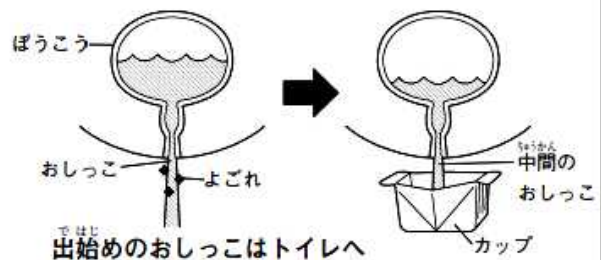
③朝起きたら、すぐにおしっこをとります。



②ねる前にはおしっこをして、ぼうこうを空にしましょう。



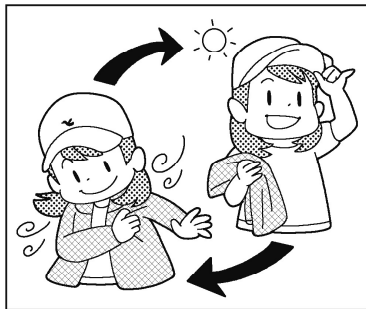
④出始めのおしっこはトイレに流し、中間のおしっこをカップにとります。



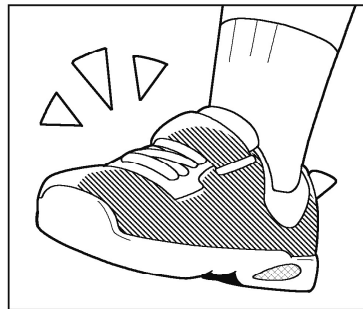
外に出かけて遊ぶときは

5月は夏の始まりです。

出かけるときは事故や熱中症にも気をつけて、楽しく過ごしましょう。



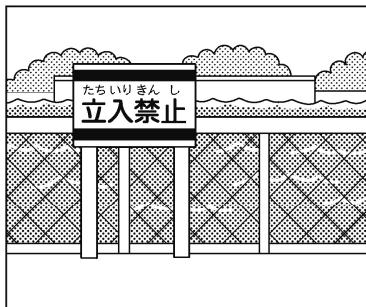
☐ 気温の変化に合わせやすい服装にしよう



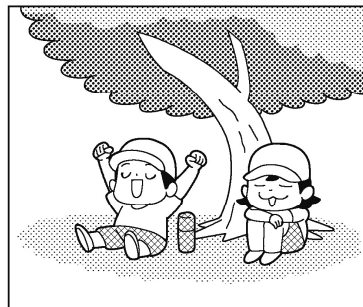
☐ 足のサイズに合った歩きやすい靴をはこう



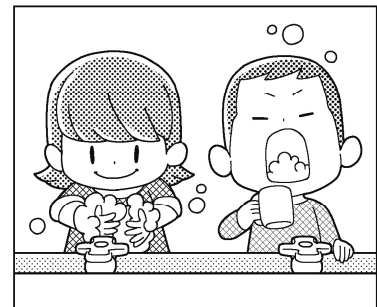
☐ 飲み物を持っていて、こまめに水分補給をしよう



☐ 危ないところには近づかないようにしよう



☐ 暑いときは日陰で休憩しよう



☐ 帰ったら手洗い・うがいをしよう