

ほけんだより5月号 ～保護者用～

御幸が原小学校

新年度が始まり1か月が過ぎました。朝夕の気温差が大きいこの時期は体調を崩しやすくなります。また、疲れがたまってくる時期でもあります。ご家庭での心身の健康観察を引き続きよろしくお願いたします。

○学校感染症にご注意ください

春先に多い学校感染症

- ・水痘
- ・流行性耳下腺炎
- ・風疹
- ・麻疹
- ・溶連菌感染症
- * 症状に気づいたら、早めに受診しましょう。

- 学校感染症にかかった場合は、「出席停止」となり、医師から登校許可が出るまで登校することができません。
* 欠席扱いにはなりません。
- 感染症が治って登校する際には、医師の診断を受け、「登校届」もしくは「意見書」を担任までご提出ください。

<出席停止となる主な学校感染症>

- 結核・咽頭結膜熱・流行性耳下腺炎・風疹・麻疹・水痘・インフルエンザ
百日咳・流行性角結膜炎・流行性出血性結膜炎・新型コロナウイルス感染症 など
- その他の感染症・・・伝染性紅斑・手足口病・溶連菌感染症・マイコプラズマ肺炎・
感染性胃腸炎 など
- * その他の感染症は、主治医が欠席した方が良いと判断した場合のみ出席停止となります。

○今後の健康診断予定

月日	時間	検診名	対象	留意点
6月8日(水)	9:00までに	尿検査(二次)	対象者のみ	
6月15日(水)	9:00までに	尿検査(二次未提出者)	対象者のみ	
6月22日(水)	9:00～	眼科検診	全学年	当初は4月21日(木)に実施予定でしたが、日程が変更になりました。
6月23日(木)	8:45～	心臓検診	1・4年	
6月27日(月)	未定	色覚検査	1年(希望者のみ)	

○5月11日(水)はノースマホ・ノーゲームデーでした

5月11日(水)はノースマホ・ノーゲームデーでした。チャレンジカードへのご記入やお子さまへの声かけ等ありがとうございました。

スマホやゲームなどのメディアに接する時間が長いと、心身に大きな疲労をもたらす危険性があると言われています。スマホやゲームに接する時間を制限し離れる時間を設けることが、ゲーム中毒を避けるための重要なポイントです。今後ご家庭において定期的に、ノースマホ・ノーゲームデーを実施してみたいでしょうか。



ほけんだより **5月**



御幸が原小学校 児童用
令和4年5月発行

新学期が始まってから1か月がたちました。「5月病」という言葉もあるように、新しい環境の中で過ごしてきたこの時期は、自分でも気づかないうちに疲れがたまってくる時期でもあります。体調が悪い時には無理をせずに、夜は早めに寝て、疲れをとりましょう。

5月の保健目標 身のまわりを清潔にしよう

5月になり気温の高い日が増えてきました。これから夏に向けてますます暑くなり汗をかくことが多くなります。身のまわりを清潔にして、気持ちよく生活しましょう。

ハンカチとティッシュを持ち歩きましょう。

ハンカチで汗を拭いたり、ティッシュで鼻をかんだりといつでも使えるように身に付けておきましょう。



みんなでハンカチマッチョマン
カードをゲットしよう♪



毎日お風呂に入って体の汚れを落としましょう。

私たちは知らない間に汗をかいています。また、目には見えない汚れが体についています。お風呂に入ることによって、体を清潔にしたり、その日の疲れをとったりすることができます。

週に1回つめを切りましょう

伸びたつめの中には汚れがたまりやすくなります。また、つめが伸びていると指先がぶつかってけがをしたり、友達に当たってけがをさせたりする原因にもなります。

