

ほけんだより



ふんわり

ながくてしりつきたしょうがっこう ほけんしつ
長久手市立北小学校 保健室
れいわねんがつなかはっこう
令和3年5月7日発行

しんがくねん げつ 1 か月。そろそろ慣れてきましたか？お疲れ気味の人かもしれませんね。

まずはしっかりと睡眠をとり、心と体を休めましょう。悩みや相談がある人は、保健室にお話に来てくださいね。



5月の健康診断の日程



	1年	2年	3年	4年	5年	6年	なかよし
内科検診	27日(木)	13日(木)	20日(木)	20日(木)	13日(木)	27日(木)	27日(木)
眼科検診	19日(水)	(4月28日)	12日(水)	12日(水)	(4月28日)	19日(水)	19日(水)
耳鼻科検診	27日(木)	20日(木)	27日(木)	20日(木)	(6月10日)	(6月10日)	27日(木)

できているかな？ 清潔な生活

- ハンカチ 毎日持ってきている
- つめ 短く切っている
- 歯みがき 食後にみがいている
- ティッシュ いつもポケットに入れている
- 手洗い 食事の前やトイレのあと、石けんで洗っている

体を清潔に保つことは
病気やケガの予防につながります



げんき☆クイズ

\\ これなんだ？ //

つつつつ

ヒント 骨の名前だよ



げんき☆クイズのこたえは裏面にあるよ。

ほけんいいんかい しごと 保健委員会のお仕事

みなさんが、学校で毎日使っている水道の水。

保健委員さんたちが、毎日検査をしていることを知っていますか？

「遊離残留塩素濃度」というものを調べていて、みなさんの使う水が、きちんと消毒されて、飲んで大丈夫な状態になっているかを調べています。

そのとき、しばらく水道の水を出しっぱなしにしていることがありますが、これは、水のむだづかいではなく、検査をするためなのです。



2枚の絵を見くらべて、7つのまちがいをさがそう！



まちがいさがしのこたえは保健室の前にはってあるので見に来てね。

げんき☆クイズのこたえ：肋骨【ろっこつ】（6こ「つ」があるから）

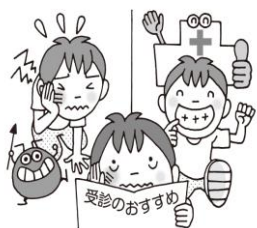
◆◇◆◇ おうちの方へ ◆◇◆◇

☆熱中症予防について

季節の変わり目で、寒暖差が大きい日があります。朝は涼しいと思っていても、日中は気温も上がり、夏日のような日も増えてきました。時々、下校前に水筒のお茶がなくなってしまったというお子さんがいます。**下校までしっかり水分補給ができるよう、十分な量のお茶を持たせていただきますようお願いいたします。**必要に応じて、お茶だけでなく、スポーツドリンクを持たせていただくことも可能です。



☆定期健康診断の結果



『検査結果のお知らせと受診のお勧め』で健診の結果をお知らせしています。学校生活、日常生活が元気に楽しく送れるよう、早めに医療機関で受診していただきますようお願いいたします。用紙を受け取らなかった場合は異常なしです。（歯科検診のみ、全員に結果を配付します。）

※ 学校で行う健康診断は、スクリーニング検査（病気や病気になりそうな人を見つける医学的なよりわけ）です。医療機関で受診し「異常なし」と診断される場合がありますが、ご了承ください。

☆頭ジラミについて

6月からプール指導が始まります。ご家庭でも時々確認していただきますようお願いいたします。判断に迷われることがあれば、保健室でも確認することができますので、ご連絡ください。

