

# ほけんだより

笠間市立友部小学校  
2023年5月号

5月の保健目標  
けがの予防をしよう

新学期が始まって3週間経ちました。新しい環境に加え、さまざまな行事が続いて疲れているお子さんもいることでしょう。

いよいよ大型連休がやってきます。せっかくですからお子さんといっしょに心とからだをリフレッシュして、連休後も元気に生活できるとよいですね。

運動会の練習が始まりました。疲れを翌日に残さないような生活リズムを作ってください。

## 5月の予定



- 2日(火) 心臓病検診 1年生、4年生 \*バスタオルを持ってきてください
- 9日(火) 内科検診 5年生
- 10日(木) 清潔検査、尿一次検査回収日(全児童)
- 12日(金) 内科検診 4年生
- 15日(月) 内科検診 6年生
- 17日(水) すこやかタイム  
歯科検診 5年生
- 24日(水) 尿一次検査回収日(未提出者)
- 31日(水) 歯科検診 1年生、6年生
- 6/2(金) 内科検診 3年生

たくさんの検査が続きます。正確に受検するために、毎日入浴して清潔な体を保つ、食後に歯をみがく、衣服に記名するなど、ご協力をお願いします。また、健康診断は原則に半そで、短パンの体操着で受検しますので準備をお願いします。

## 保健室の利用について



- 原則として、休憩時間に利用します。やむを得ず授業中に来室する場合は、必ず担任か教科担任の許可を得てから来室します。
- 体調やケガの程度が心配な児童には、児童や教員が付き添います。
- 保健室での応急処置は、学校管理下で発生した傷病に対して、苦痛を緩和させたり悪化を予防したりする一時的な処置です。継続した治療や投薬はできません。
- 保健室は救急的に一時利用されるものであり、また、経過観察の目的も考慮し、休養時間は1単位時間(45分)としています。
- 保健室では静かに過ごします。勝手にベッドに寝たり薬を使用したりしません。
- 来室者に感染が疑われる場合は、他の児童の来室を控えさせるか、別室での対応になります。
- 養護教諭不在時は保健室を使用できません。職員室にいる職員が対応しています。

## 5月病の季節です

大型連休が終わると、心が不安定になるお子さんが出てきます。大人でも5月病という言葉があるくらいですから、誰に起こってもおかしくないことです。

そんなときは、お子さんと話す時間を作ったり、スキンシップを図ったりすると安心するようです。毎朝お子さんをギュウッと抱きしめて送り出してください。

心配なことがございましたら、学校までご相談ください。

