



## 5月のけんこうしんだん

検査	検査の日	うける人	検査を受ける時のやくそく
内科検診 結核健診	5月 9日 (木) 8:45~ 5月 28日 (火) 13:10~	4・5・6年 1・2・3年	・体や髪、下着の清潔。長い髪は束ねる。 ・服装は体操服半そで・半ズボン。
尿検査	5月10日 (金) 朝、提出	全学年	・当日朝、家で採尿して担任へ提出する。 ・容器は8日に配付する。
心臓検査	5月14日 (火) 10:50~11:30	1年・4年	・検査中、上半身にかけるので、当日までにバスタオルを1枚持ってくる。マスク着用。

4月から行っている定期健康診断の中の視力検査結果について、裸眼や眼鏡使用で「A」が見えなかったお子様にお知らせを配付しました。聴力検査結果については、受診をお勧めする人へのみお知らせを配付しました。歯科検診結果については、全員にお知らせを配付します。治療の必要があるときには早めに受診し、受診結果を学校へお届けください。学校で行う健康診断は「異常の疑いがある」ものを広く見つけるスクリーニング検査です。専門医を受診の結果、「異常なし」となる場合があります。

## あつい かも? すずしい かも?

さわやかで気持ちのいい5月。あつすぎたりさむすぎたりせず、すごしやすい季節ですが、それでもちょっとからだを動かすと汗をかいたり、朝や夜にうす着していると少しひんやりと感じたりする日も…。そんなときのためには?

- 汗ふき用のタオルやハンカチを持ち歩く
- 「着る⇒ぬぐ」がしやすい服をえらぶ

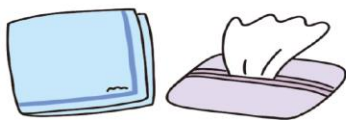


先週から日ごとに気温差が大きく、天気も不安定だったことから、頭痛や腹痛で保健室へ来る児童が増えました。体調を崩しやすい時期ですのでご注意ください。

また、体温調節のためにも下着の着用をお願いします。

## 身だしなみ せいけつ チェック!

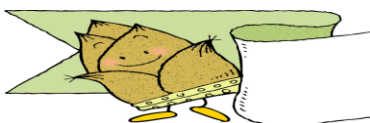
ハンカチ・ティッシュは持っていますか?



きれいな「はだ着」をつけていますか?



石けんを使って手を洗っていますか?



手・足のツメはのびていませんか?



前がみがのびて目にかかっていませんか?



汗をかいたらこまめに着がえていますか?

石けんを使って手を洗っていますか?



## 熱中症に注意しよう!

熱中症は急に気温が高くなり、体が暑さに慣れていない5月ごろから発生します。外での活動の前後や休み時間には、こまめに水分をとるようにしましょう。(水筒の中身は水かお茶です。)

これからの季節、昇降口のところに「暑さ指数」を掲示していきます。「今日の暑さはどれくらいかな」「外で活動できるかな」など、自分で考えたり、行動ができたりするようになるといいですね。