

えがお

今月の
保健目標

からだや身のまわりをせいけつにしよう

今年のゴールデンウィークは、みなさん楽しく過ごされましたか？子どもたちも元気いっぱい遊んでリフレッシュできたのではないのでしょうか。連休後は早寝・早起き・朝ごはんの生活リズムが崩れていないか、身のまわりはせいけつに保っているか、チェックしてみてください。4月は、身体測定や視力検査などたくさんの健康診断が行われました。5月もまだまだ健康診断が続きます！体調管理もしっかり整えて、学校生活を元気に楽しく過ごせるように心がけていきましょう！



新学期がスタートして1か月……。緊張もほぐれ、ゴールデンウィークも過ぎ、疲れがたまる時期です。生活リズムを整えるように心がけましょう。

生活CHECK

<p>睡眠時間を十分とっていますか？</p> <p>早寝 早起き</p>	<p>3度の食事はきちんと食べていますか？</p> <p>朝食は特に大切</p>	<p>適度にからだを動かしていますか？</p>	<p>心とからだの疲れ、上手にとっていますか？</p> <p>リラックスタイム</p>
--------------------------------------	------------------------------------------	-------------------------	---------------------------------------------

健康診断が続いています 5月の予定

日	曜日	時間	項目	対象学年
8	火	9:00~	歯科健診①	1年・5年1組、2組
11	金	9:00~	歯科健診②	2年・5年3組、4組
14	月	9:00~	心電図検査	1年
16	水	9:00~	歯科健診③	幼稚園・3年
17~18	木~金	9:30までに 保健室に出す	尿・ぎょう虫(再)	前回未提出者 2次検査者
18	金	9:00~	歯科健診④	4年・6年
23	水	当日お知らせ	心電図もれ検査	1年前回欠席者



毎日の清潔チェック！

- ハンカチ・ティッシュは持ちましたか？
- 食事をしたあと、歯みがきをしていますか？
- つめは切っていますか？
- 下着を着ていますか？
- 毎日お風呂に入っていますか？
- 手洗い・うがいをしていますか？



5月学校感染症情報

★インフルエンザ…1人
5/2時点



《保護者の皆様へ》

インフルエンザは保護者記入の『インフルエンザ経過報告書』を、その他の感染症は医師に記入してもらう『登校許可証明書』を提出して下さい。(どちらも4月に配付しています)

また、今年3月頃から、沖縄県では麻しん(はしか)が流行し、未だ終息の目途が立っていません。予防法としては、ワクチン接種が有効となっています。お子様の母子手帳などで、ワクチンが接種されているかご確認をよろしくお願い致します。

*保健室のマスクは、咳やくしゃみなどで他の児童へ感染の疑いがあるなどの場合に、渡すようにしています。PM2.5や黄砂、風邪予防に関するマスク着用の際は、各ご家庭でご準備をお願い致します。



ちりょうかんこくしょ 治療勧告書をもらったら…

健康診断のあと、再検査や治療などが必要な結果が出た場合は、治療勧告書を出しています。疾患によっては時間がたつとともに、より症状が悪化する場合があります。治療勧告書を受け取りましたら早めの受診をおすすめします。