

令和6年 5月
一丘小学校 ほけんしつ



新学期がはじまって1ヶ月がたちましたね。

そろそろ新しい生活、環境に慣れてきたころでしょうか？

5月に入り、ゴールデンウィークも後半です！

お休みの間も“早ね・早起き・朝ごはん”をしっかりと

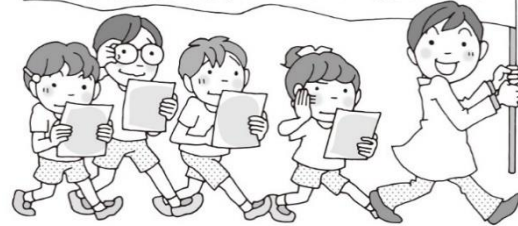
意識して、休み明けに体調をくずしてしまわないようにしましょうね！！



5月の保健行事

1日(水)	聴力検査	3年生
2日(木)	視力検査	4年生
7日(火)	視力検査	1年生
8日(水)	視力検査	2年生
	尿検査1次もれ	全学年
9日(木)	視力検査	3年生
13日(月)	内科検診	2. 3. 5年生
14日(火)	視力検査	5年生
15日(水)	視力検査	6年生
16日(木)	内科検診	1. 4. 6年生
17日(金)	尿検査2次①	全学年

健康診断、まだまだ続きます



あたまじらみ検査のときは、編み込みなどの髪型を控えていただくようお願いいたします。

20日(月) ~ 24日(金)	あたまじらみ検査	全学年
22日(水)	眼科検診	1. 4年生
24日(金)	尿検査2次②	対象者
31日(金)	耳鼻科検診	1. 5年生

健康診断の結果は“保健関係連絡封筒”や“からだの発育”でお知らせします。

受診が必要な場合は、早めに受診していただき、報告書を学校に提出してください。



からだをきれいに！せいけつを保とう！！

からだを清潔に保つことは、毎日気持ちをよく過ごすためにもとても大切なことです。病気の予防にもつながります。いつもからだを清潔にしておきましょう。

① 手洗い

いろいろなものを触る手には、ばい菌がたくさん！ていねいな手洗いをしよう。



② お風呂

毎日お風呂に入って、汗やホコリなど、1日の汚れを洗い流そう！



③ 歯みがき

ごはんのあとや寝る前など、ていねいにみがいてむし歯予防！



④ つめきり

長いつめはけがをしやすいです。足のつめも忘れずに切ろう！



体育や休み時間でたくさんの汗をかいたときは、下着を取り換えることも大切です。きれいな下着を1枚、学校に持ってきていただくことをおすすめします😊

“ハンカチでふく”までが手洗い！！

手洗いのあと、手をブラブラさせたり、服でサッと拭いたりしていませんか…？手がぬれたままだと、ばい菌が付きやすくなり、せっかく洗ったのに、またすぐに、ばい菌だらけになってしまいます。



手洗いのあとは、清潔な乾いたハンカチでしっかり拭きましょう！！

1日のはじまりは、「おはよう！」のあいさつから

みなさんは、朝 おうちの人や友達、先生、地域の方にあったとき、元気に「おはよう！」のあいさつができていますか？

あいさつをすると、お互いが気持ちよく自然と笑顔になれるはず。まずは自分から「おはよう！」とあいさつをしてみましょう！

