

2023年(令和5年)5月号
NO.2



ほけんだより



福山市立熊野小学校
保健室

ゴールデンウィークが はじまります



ゆっくり過ごしたり、自分が楽しいと思う
ことをしたりして、4月にがんばった自分の
体や心をゆっくりゆるめてくださいね。

また、休み中も、感染症対策に気をつけて、休み明けを元気に迎えましょう。運動
会の練習がまた始まります。(休み中、「健康観察カード」の記録も続けて、健康
管理をしましょう。)

5月の
ほけん目標

せいかつ 生活リズムをととのえよう!

5月は、運動会の練習や、新学期のつかれが出やすくな
る時です。また、急に暑くなる日もあって、熱中症にも注意
が必要です。



生活リズム 整えよう



でも、どれも、すい
みん時間をたっぷり
って、生活リズムに気
をつけることで、予防
することができます!

すい
水とうを
わすれずに!

あさ
朝ごはんも
ポイントです!

5月の定期健康診断(予定)

感染状況等によって、変更にな
ることがあります。

| | | | |
|----------|-------|---------------|--|
| 5月 1日(月) | 心電図検査 | 1ねんせい | も 持ってくる物 たいそう服, マスク |
| 19日(金) | 尿検査 | よびび 予備日 | 8時40分までに、保健室へ提出して ください。 |
| 30日(火) | 内科検診 | ぜんがくねん 全学年 | も 持ってくる物 たいそう服 ※髪の毛の長い人は、 <u>背中が見えや すいように、横で2つに結ぶなど、 工夫をしてください。</u> |

健康診断の結果について

現在、視力検査と耳鼻科検診で、所見があった
児童に、結果を封筒で配付しています。封筒の中を
確認されましたら、封筒は、学校へ返却してください。
(封筒は、繰り返し使用します。)



2~6年生のおうちの方へ

1年生は、6月の参観日で、おうちの方に
説明後、開始する予定です。

『生活リズムカード』のご協力をよろしくお願いします

5月17日(水)より、取組みを始める予定です。

小学生のうちに、基本的な生活習慣を確立させることは、
子どもたちのすこやかな成長、学力、体づくり、心の安定に、
深く関わりがあるとされます。

ご家庭でのカードのチェックとお子さまの規則正しい生活
の環境作りや声掛け等、ご協力をよろしくお願いします。



期間中の8の付く日を「家族歯ッピーデー」としています。
お口の中のチェックもしていただきますよう、お願いします。



感染症対策のため、現在、学校での歯みがきを控えて
います。お家で行う歯みがきの機会を大切にしていだ
けたらと思います。よろしくお願いします。