



2024 年（令和6年）5月
泉小学校 保健室
No.4

あた かくねん かげつ た つか で ひと
新しい学年になって、1ヶ月が経とうとしています。疲れが出ている人はいませんか？5月には運動会や、5年生の野外活動が待っています。早寝・早起き・朝ごはん
きそくただ せいかつ おく ひ つか ひ
で規則正しい生活を送り、その日の疲れはその日のうちにとっておきましょう。



しりょくけんさ し かけんしん けっか わた 視力検査・歯科検診の結果をお渡しします

ほけんしつ し ふうとう けんこうしんだん けっか し か しりょく わた
「保健室からのお知らせ」封筒で、健康診断の結果（歯科・視力）をお渡しします。
う と ひと はや じゅしん し かみ がっこう も き
受け取った人は、早めに受診して、お知らせの紙を学校に持って来てください。
なかみ う と ふうとう がっこう かえ
※中身を受け取られましたら、封筒は学校へお返しください。

は 歯ッピータイムはじまります！！

ほけんだより がっこう つた とお あ がつなのか
ほけんだより4月号でもお伝えした通り、ゴールデンウィーク明けの5月7日か
きゅうしょくご は かいし じゅんび かてい はや ねが
ら給食後の歯みがきを開始します。準備がまだのご家庭は、お早めをお願いします。

も く
【持って来るもの】

は
・歯ブラシ

せい
・コップ（プラスチック製）

は い ふくろ
・歯ブラシを入れる袋

は こ も
※歯みがき粉は持ってきません。

なまえ きにゆう
※すべてに名前を記入してください。

げつ まいしゅうも かえ は いた かくにん ねが
※月セットとして毎週持ち帰ります。歯ブラシが痛んでいないか確認をお願いします。



すいとう も 水筒を持ってきましょう

すいえいしどう うんどうかい れんしゅう
水泳指導や運動会の練習が始まりました。あつ な じ き
暑さに慣れていないこの時期から、
ねっちゅうしょう きけん
熱中症の危険があります。かなら すいとう も
必ず水筒を持ってきて、こまめにすいぶんほきゅう
水分補給をしましょう。

ねっちゅうしょうよ ぼう ～熱中症予防のポイント～

- こまめなきゅうけい すいぶんほきゅう
休憩と水分補給
- ぬ き 脱ぎ着しやすい服装
- そと ぼうし
外では帽子をかぶる
- かる うんどう あつ な
軽い運動で暑さに慣れておく



なふだ ぼうし
ハンカチ・ティッシュ、名札・帽子も、
まいにちかなら も
毎日必ず持ってきましょう。

がつ けんこうしんだん よてい 5月の健康診断の予定です

ひ 日にち	けんしんこうもく 健診項目	たいしょうしゃ 対象者
5月 9日 (木)	にょうけんさ に じ 尿 検査二次	いちじみていしゅつ じどう 一次未提出の児童
10日 (金)	じ び か けんしん 耳鼻科検診	ぜんがくねん 全学年
17日 (金)	がんかけんしん 眼科検診	ぜんがくねん 全学年
21日 (火)	ないかけんしん 内科検診	4・5・6ねんせい 年生
22日 (水)		1・2・3ねんせい 年生