

2022年(令和4年)4月28日

NO.2

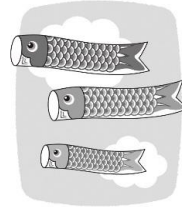
福山市立熊野小学校
保健室



ほけんだより



ゴールデンウィークが はじまります



みなさんの楽しみにし
ているゴールデンウィー
クがはじまります。

休み中も、とくに、感染症対策に気を
つけて、休み明けに元気に会いましょう。

- 「健康観察カード」の記録を続けます。
- 友だちの家の中で遊ぶことは、控えましょう。

あつ たいさく 暑さ対策をはじめよう!

5月は、気温が高い日が少しずつ
増えてきます。体が暑さに慣れてい



ない、今の時期
は、熱中症にな
りやすくなります。
ぼうし着用・
こまめな水分補給、
早ねがカギです!

5月の
ほけん目標

せいかつ 生活リズムをととのえよう!

ゴールデンウィークも
早寝・早起き!



- 新学期の疲れが出やすい5月は、
生活リズムに気をつけることで、体と
心の元気につながります!

スマホ・ゲームは時間を決めろ



- お休みの日は、
テレビの時間と合わせて、3時間
以内を目安にしてみよう!

5月の定期健康診断(予定)

感染状況によって、変更になるこ
とがあります。

5月 19日(木)	尿検査	予備日	8時40分までに、保健室へ提出して ください。
20日(金)	心電図検査	1ねんせい	持ってくる物 たいそう服
31日(火)	内科検診	ぜんがくねん 全学年	持ってくる物 たいそう服 ※髪の毛の長い人は、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。

おうちの方へ

健康診断の結果(お知らせ)について

聴力検査・耳鼻科・内科・眼科検診は、所見があった場合のみ、
お知らせする予定です。(全ての結果については、7月上旬に、「健康
の記録」(カード)で、お知らせします。)

早めにお知りになりたい場合は、保健室へご連絡ください。



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
ご説明後、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18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。

おいそがしい毎日とは思いますが、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。今は特に、お家で行う歯みがきの機会を大切に
していただけたらと思います。よろしくお願いします。