海健冷岛小海5月

令和 7年 4月30日 板橋区立高島第一小学校 校長 平 松 隆 行

おうちの方といっしょに、読んでください。

新学期が始まって一ヶ月、少し渡れがでてきている頃かと思います。あまり無理をせず過ごしてください。5月の連休は、行楽も楽しいけれど渡れを残したまま、学校生活が始まらないようにしましょう。体の休養をとることも大切ですね。また、渡れがたまると、ちょっとした原因からでも、大きなけがにつながることがありますので気を付けましょう。



5月のほけんもくひょう

できょう。 原気や異常がみつかったら、早く含むそう。



★健診・検査結果、以下の人は、必ず受診してください。・・・

- 視力検査では、視力A以外の人。【視力検査結果は、学校で検査を受けた人全員にお知らせしています。】
- 歯科健診では、「受診することが必要です。」や「受診することをお勧めします。」に該当する人。【歯科 健診結果は、治療の必要がある無しに関わらず、健診を受けた学賞にお知らせします。結果を確認くだ さい。】
- 耳鼻科・眼科・内科では、何か、病気等の疑いがあった人。(水泳学習が始まる前までに、受診してくだ さい。)
- **聴 力検査**では、検査音が聞き取りにくかった人や検査ができなかった人

まいしゅうけっか 最終結果が出るまで、しっかり検査等を受けてください。

● 尿検査一次で、結果が陰性以外の人。 ●心臓検診では、二次検査が必要な人。

~おうちの方へ~

学校で学校医の健診を受けられなかったお子さんは、保護者の方が、本校校医のクリニックや 医院にて、<u>5月中に健康診断をお受けください。</u>該当する方には、別途ご通知いたします。受診 後その結果を、学校にご連絡ください。

令和7年度は、新学期が始まって早々に胃腸炎・嘔吐・下痢・腹痛で欠席したお子さんが一時期急増しました。その状態が長期化しませんでしたが、お子さんの体調の変化にご家庭でも、様子をみてください。お子さんの体調が優れない場合は、無理して登校させず、ご家庭で休養してください。

(^_^) 登校前に、おうちでしてほしいこと



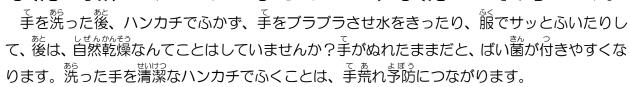
◇朝起きたら、顔を洗い、ぶくぶくうがいをする。◇朝起きたら、最初に朝日を浴びる。(脳を首覚めさせます。)◇朝ごはんを食べる。◇朝ごはんの後は、歯をみがく。◇朝トイレの習慣を付ける。(排便習慣)◇体調が悪い時は、朝、検覚(体温を測る)をする。

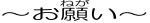


(^ ^) 身に付けてほしい清潔習慣

 \square ハンカチ・ティッシュは、いつも身に付ける。 \square 加着を着る。 \square つめは、 ξ すぎない。(つめが長かったり、とがったりしていると、自分やお友だちがケガをする危険があります・) \square トイレの後・食事の前に手を洗う。 \square おふろで、きれいに 体を洗う。

てあら、で、たっというによう手洗い後、ハンカチで手をふいて、手洗いが終了です。





手洗いの機会が増えています。毎日、清潔な手ふき角ハンカチ2枚を、持って登校してください。また、これからは、あせをかく季節でもあり、運動会の練習も始まるので、あせふきタオルも持って来て、汗の始末をしてください。

登校しましょう。

朝食後、歯みがきをしっかり済ませてから、

ほけんぎょううじ

O5月1日(木)3年・4年 O5月8日(木)5年・6年・5組

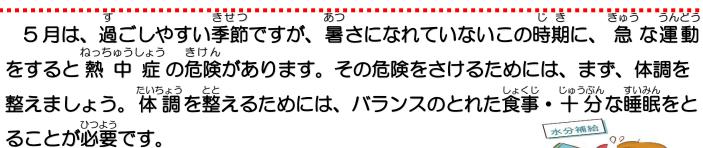
〇5月15日(木)1年・2年

◆歯科健診の予定

●尿検査二次検査日 (該当者のみ)

〇5月14日(水) 〇5月20日(水)《5月16日(木)の未提出者》

※対象の方は、午前8時45分までに、学校にご提出ください。



ねっちゅうしょう きっつ そのうえで、 <mark>熱 中 症</mark> に気を付けて生活しましょう。



イラスト:日本学校保健研修社より