

笑顔いっぱい！健康だより



おうちの人といっしょに
よみましょう！

平成29年5月2日
中央台東小 保健室

新学期が始まって一ヶ月が経ちました。行事が続いて慌ただしく過ごす中、運動会の練習も本格的に始まっています。心も身体も疲れが出て、体調を崩しやすい時季ですので、バランスのとれた食事や早めの休養を心がけて、体と心のエネルギーを充電していきましょう。

5月の保健目標：身のまわりを清潔にしよう

5月の保健行事予定



月日	健診内容	対象学年	備考
10日(水)	耳鼻科検診	1年生・3年生	☆耳鼻掃除をしてきましょう。
23日(火)	眼科検診	全学年	☆朝、顔をきれいに洗いましょう。
25日(火)	尿検査(一次)	全学年	☆忘れずに持ってきましょう。
5月 31日(水)	内科検診 結核検診 運動器検査	1・2・6年生 ※3・4・5年生 は6/7に実施。	☆結核検診・運動器検査は、保健調査票の問診票による。 ☆前日は、お風呂に入って、からだを清潔にしましょう。

せいけつチェックをしてみよう！



① ハンカチ・ちり紙を
持っている。



② 手洗い・うがいを
している。



③ つめがのびて
いない。



④ 食べたあと
歯をみがく。

【忘れないコツ！】

- ★ 玄関にセットを置いておく。
- ★ 多めに学校に持ってきておく。

【忘れないコツ！】

- ★ つめを切る曜日
を決める。

【忘れないコツ！】

- ★ ゆとりをもって
起きる。

☆ 毎週水曜日、児童保健委員会では「清潔検査」を行っています。項目は、①・③・④のほか、「上ばきの汚れ」についてです。

☆ 清潔な身じたくは、感染症・食中毒などの病気の予防、けがの予防につながります。また、自分もまわりの人も気持ちよく過ごすためのマナーとして、とても大事です。清潔な生活を毎日心がけて過ごしたいですね！

保護者のみなさまへ

◎ 健康診断の結果、治療や精密検査の必要なお子さんへ、受診のお勧めの便りをお渡しします。お手元に届きましたら、できるだけ早めに専門の医療機関を受診してくださいませようお願いいたします。受診後は、その結果を学校へお知らせください。

