



気持ちのよい季節になりましたね。  
外で元気に遊ぶ東っ子を見て、先生たちも元気をもらっています。けがのないようにまわりをよく見て遊ぼうね。



## こんげつ ほけん もくひょう 今月の保健目標

### ★身の回りを清潔にしよう★

外で元気に遊ぶと汗びっしょりです。ぬれた肌にはホコリや砂が付きやすいですね。じつは、ホコリや砂だけではなく、花粉やいろいろなばい菌もついてしまうかもしれませんよ。こまめに手を洗い、お風呂で一日の汚れをすっきり落としましょう。服やハンカチも毎日代えてくださいね。気分もさっぱりしますよ。

### たの ゴールデンウィークを楽しむために！

### ご つか ゴールデンウィーク後も疲れのないように たいちょう ととの 体調を整えよう！

ポイントは・・・

## 「はやね・はやおき・ごはんもしっかり」

もうひとつ！

### 急な暑さに **ご用心** 寒暖の差が大きい この時季の備え



脱ぎ着のしやすい服で  
体感温度を調節しよう



汗をかいたら清潔な  
タオルやハンカチでふこう



気温が高いときは  
こまめに水分補給をしよう



外出のときは帽子をかぶり  
紫外線を避けよう



がっ がっ けんこう しんだん

# 5月・6月の健康診断



日にち	内容	学年・学級	日にち	内容	学年・学級
5/1 (木)	心電図検査	1/4年・ひまわり	5/27 (火)	検尿二次	さいけんさ ひと 再検査の人
5/2 (金)	視力検査	6の3～6の6			がつ みていしゅつ ひと 4月に未提出の人
5/7 (水)	視力検査	5の1～5の4	5/28 (水)	検尿二次	さいけんさ ひと 再検査の人
5/8 (木)	歯科健診	ねん 1年 2の2～2の4			しび かけんしん 耳鼻科健診
5/12 (月)	視力検査	3の3 4の2・4の3 5の5	5/30 (金)	ない かけんしん 内科健診	ねん 5年 6の4～6の6
5/13 (火)	視力検査	3の1・3の2 4の4・4の5	6/2 (月)	がん かけんしん 眼科健診	1の1・1の2 3の1・3の2
5/14 (水)	耳鼻科健診	1の1・1の2 3の1・3の2	6/3 (火)	ない かけんしん 内科健診	ひまわり 2の1～2の3 4の1・4の2
5/15 (木)	歯科健診	6の1～6の3 5の1～5の3	6/5 (木)	し かけんしん 歯科健診	ひまわり 5の4 6の4～6の6
5/16 (金)	視力検査	ひまわり 3の4・3の5 4の1			しん でん す けん さ 心電図検査 (予備日)
5/19 (月)	視力検査	1の1・1の2 2の1・2の2	6/9 (月)	がん かけんしん 眼科健診	ひまわり 1の3 3の3～3の5
5/20 (火)	視力検査	1の3 2の3・2の4			し かけんしん 歯科健診
5/21 (水)	内科健診	ねん 3年 6の1～6の3	6/20 (金)	ない かけんしん 内科健診	ねん 1年 2の4 4の3～4の5

内科健診の2週間ほど前に「結核健診問診票」を配付します。  
健診日によって配付・回収日が異なりますので、ご注意ください。

## 【保護者の方へ】

＜色覚検査について＞

- 希望者のみの実施となります。お子さまの見え方で気になることがあれば、学校で色覚検査を行うことができます。日程は、個別にお知らせします。

＜健康診断のお知らせについて＞

健康診断で異常が見られたお子さまには、受診のお知らせの用紙を順次配ってまいります。お子さまから受け取った際には、早めに通院していただくようお願いいたします。病院にて用紙に記入してもらい、学校へご提出ください。

5月の連休明けは子どもたちにとっても疲れの出やすい時期です。お子さまの様子を注意深く観察していただき、普段と違う様子の時は無理をさせないようにお願いいたします。学校でも、子どもたちの体調変化には気を配り、心の面においても、丁寧に話を聞くなどの対応をまいります。

