

ほけんだより 5月号

佐屋小学校
保健室
H27. 4. 30
第 2 号

ゴールデンウィーク 中も



○ 5月5日は「こどもの日」。男の子も女の子も元気いっばいにしあわせに成長するようにと願う日です。みなさんも、自分の命や体を大切にするとともに、まわりの人も大切にす



5月の保健目標 身の回りを清潔にしよう

♥「さわやかしらべ」を行います♥

○ 5月から毎月1回「さわやかしらべ」を行います。

- ① ハンカチ・ティッシュを身に付けているかな？
- ② つめは短く切っているかな？
- ③ 朝、歯をみがいてきたか、顔をあらってきたかな？
汗拭きタオルを持っているかな？（9月のみ）
- ④ 朝のあいさつがさわやかにできたかな？



○ 身の回りの清潔といえば、一番に思いつくのは、手の清潔ですね。手を洗うとき、しっかり洗っていますか？「水でぬら



レッツ・チェック！ 毎日のせいけつ		
<input type="checkbox"/> ハンカチ・ティッシュを持ちましたか？ 	<input type="checkbox"/> 食後に歯みがきをしていますか？ 	<input type="checkbox"/> うがいや手洗いをしていますか？
<input type="checkbox"/> お風呂に入っていますか？ 	<input type="checkbox"/> 肌着は着いていますか？ 	<input type="checkbox"/> つめは長くないですか？



まだまだ続くよ！ 健康診断
4月からはじまった健康診断。いくつか終わったものもありますが、まだまだ引き続き、のこりの検診や検査もおこなっていきます。この後も、前にほけん

内科検診 脊柱側弯症

正常な背骨は前から見るとまっすぐですが、側弯症では左右に曲がっています。
側弯症には、姿勢の悪さなどによっておこる一時的なものもあります。けれど側弯症の多くが「特発性側弯症」と呼ばれる、ねじれも伴うものです。思春期や女子に多いですが、原因はよくわかっていません。
重症になると胸を圧迫して肺や心臓に異常をおこすことがあるので、器具を使ったり手術による治療が必要です。早く見つけて、早く治療を始めることが大切です。

毛虫に注意!

チャクガツバキやサザンカなどにおいて、5~6月と9~10月に多く見られます。
さされた場所を水道の水でよく洗い、お医者さんへかいたり、こすったりしてはダメ！
さされてすぐのときは、セロテープなどをつかって毒毛をとる
服にひそんでいたり、毒毛がついていることがあるので、着ていたものは洗濯しましょう



5月の保健行事（おうちの人と一緒に読んでください）

日（曜日）	項目（対象学年・組）	備考
12日（火）	内科検診（野外活動前検診）（5年）	1時30分～保健室
13日（水）	聴力検査（3年、個別該当児童）	1時間目～会議室
14日（木）	聴力検査（5年）	1時間目～会議室
15日（木）	聴力検査（2年）	1時間目～会議室
16日（金）	眼科検診（1, 2, 3年、個別）	1時20分～会議室
17日（土）	聴力検査（1年）	1時間目～保健室
18日（日）	眼科検診（4, 5, 6年）	1時20分～会議室
21日（木）	内科検診（3, 4年、個別）	1時間目～保健室
27日（水）	歯科健診（3年）	1時30分～保健室
28日（木）	内科検診（1, 2年）	1時間目～保健室