

# ほけんだより5月号



桶川市立桶川西小学校  
保健室  
令和6年5月7日

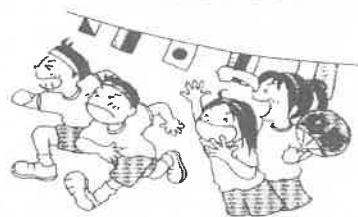
新年度が始まって、早くも一か月。ぐっすり寝て、しっかりご飯を食べられていますか。

新学期が始まり、疲れがたまる時期です。連休だと夜更かしなどをしてしまいがちですが、体調を整えて元気に5月を過ごしましょう。

**はてな**を身につけよう!!

学校だけでなく、外に出かける時にも大切はハンカチとティッシュ。ひんくれんでも、ハンカチでははと口をおこえてけむりをすわないように練習をしますね。時にはあなたのいのちをまもってくれることもあります。学校ではふだをつけることも、あはたがバサバサひょうきの時にまわりの人があはたを助けるために大切です。

## 運動会練習に向けて、熱中症予防のための ご協力をお願いします



これから、運動会に向けての練習が始まります。5月は夏より気温は低いですが、体がまだ暑さに慣れていないため、熱中症が心配されます。学校でも対策をおこなっていますが、熱中症予防のための対策を家庭でもお願いします。

- 汗をふくタオルやハンカチを必ず多めに持たせてください。
- 風通しのよい服装で、熱がこもらないようにしてください。
- 水分は少し多めに持たせるようにしてください。
- いつも以上に疲れがたまると思います。しっかり休養をとらせてください。

## 今月の健康診断

まだまだ検査・検診が続きます。



4月は多くの調査票などのご協力ありがとうございました。

検査が終わったものについては、病気や異常の疑いのあるお子さんに「受診のすすめ」をお渡ししています。学校の健康診断は確定診断ではなく、あくまでもスクリーニング（疑わしいものはすべてチェックする方法）ですので、受診のすすめが届きましたら、医療機関で詳しく診てもらってください。

日時	健診項目	対象	時間	備考
8 水	心臓検診	1年	午前中	体育着で受ける
9 木	視力検査	3年	午前中	めがねを持っている人は持ってくる
10 金	内科検診	3, 5年	13:30	体育着で受ける
13 月	視力検査	1年	午前中	めがねを持っている人は持ってくる
14 火	眼科検診	全学年	13:30	
15 水	視力検査	2年	午前中	めがねを持っている人は持ってくる
15 水	尿検査2次配布	該当者		16日(木)採取、提出
21 火	内科検診	1, 6年 あすなろ	13:30	体育着で受ける
23 木	内科検診	2, 4年	13:30	体育着で受ける
24 金	心臓検診予備日	1年 該当者	10:00	体育着で受ける
30 木	歯科健診	2, 4, 5年	9:00	歯をみがいてくる

- 「耳鼻科受診のすすめ」と「眼科受診のすすめ」（聴力・視力低下含まず）が渡された人は、症状の悪化を防ぐため、水泳学習が始まる前に受診・報告をしましょう。
- 各個人の全検診結果については、1学期の通知表とともにお知らせします。
- 検診ごとに受診のすすめがでていますが、眼科と視力もまとめてではなく、各検診後に受診のすすめが出ます。ご了承ください。