

# ほけんだより 5月号

いっしょによみましょう♪  
みのはらしょうがっこう ほけんしつ  
耳原小学校 保健室

しんがっき はじ かけつ であら がくねん あたら おお かんきょう か じぶん  
新学期が始まって1か月がたちました。新しい学年や新しいクラスになって、大きく環境が変わり、自分でも気づかないうちに心や体のつかれがたまっているかもしれません。そんな時は、すいみんをたっぷりとったり、リラックスできること、好きなことをしてみましよう。また、5月はゴールデンウィークがあります。規則正しい生活を心がけながら、ゆっくり体調を整えてくださいね。

## 5月の健康診断スケジュール

日にち	検診	対象学年
1日(月)	心臓検診	1年生
2日(火)	視力再検査	3年生
8日(月)	内科検診	1年生
9日(火)	尿再検査	対象者
	視力再検査	2年生
10日(水)	視力再検査	1年生
15日(月)	聴力再検査	5年生
17日(水)	聴力再検査	3年生
18日(木)	内科検診	2年生
19日(金)	尿再検査(予備)	対象者
	内科検診	5年生
22日(月)	聴力再検査	2年生
23日(火)	聴力再検査	1年生
26日(金)	内科検診	4年生

※視力再検査に声をかけられている人は、**めがね**を忘れずにもってきてください。

※尿再検査は、対象児童にはお知らせの手紙を渡します。お知らせの手紙をもらっていない児童は、**異常はありません。**

※治療が完了しましたら、「受診報告書」を学校までご提出下さい。受診の際に文書料を請求される場合がありますが、ご了承ください。

## 春の遠足があります！

5月16日(火)は、新しいクラスの仲間たちと行く初めての校外学習があります。楽しい遠足の思い出を作れるように、早ね・早起き・朝ごはんの規則正しい生活をして、当日までに体調を整えておきましょう。また、「楽しみだけど、のり物よいが心配…」と言う人へ、下の内容を確認して、不安をふきとばしましょう！

ごはんを食べすぎない

友達と話してリラックス♪

前日ははやめにねよう！

遠くのけしきをながめる

よい止め薬をのんでおく

気持ち悪くなくても、  
がまんしないで大丈夫！

### 健康診断 健康診断がはじまりました！！

4月から、二測定・尿検査・視力検査・聴力検査を、実施しています。二測定では、『保健室のルール』についてお話ししました。みなさん、しずかに聴いてくれて、とってもうれしかったです。耳原小学校のみんなが気持ちよく使えるように、ルールを守って、保健室を利用してくださいね。

また、二測定中も、しずかに座って待つことができているクラスや、「よろしくお願いします」や「ありがとうございました」をしっかりとっている人たちもいましたね。素晴らしい！

5月もひきつづき、健康診断があります。一つ一つの検査をしっかりと受けて、**自分の体の様子を知る良い機会**にしてほしいと思います。

### 保護者の方へ

**\* 学校生活管理指導表について**  
学校生活を安全に送るために、現在、心臓疾患で治療中あるいは経過観察中の場合は、かかりつけ医に記入いただいた「学校生活管理指導表」の提出をお願いしています。書類をお渡しますので、該当する人は担任までお知らせください。

**\* 視力検査・聴力検査について**  
1回の検査では、緊張ややりかたに慣れていないため、見えている、聞こえているのに正しく反応できない子どももいます。そのため、1回目の結果をふまえた再検査を別室で実施します。対象の子どもには担任から個別に声をかけます。