

△ほけんだより△ 5月



令和7年5月発行

中島小学校 保健室

NO. 2

うち ひと いっしょ よ
お家の人と一緒に読みましょう

新学期がスタートして約1ヶ月がたちました。新しい環境にも少しづつ慣れてきた頃でしょうか。

5月の連休前くらいから、咳や鼻水が出るなど、かぜ症状のある人がみられるようになります。少し疲れが出てきて、体調を崩しやすい時期かもしれません。「頑張るとき」と同じように「しっかり休むとき」も大切にして、規則正しい生活を心がけて、元気に過ごしましょう。



～暦のうえでは夏になりました～



運動会の練習が始まりました。これから気温が上がり、汗ばむ日も増えてきますが、寒い冬を過ごしてきたみなさんの体は、暑さにまだ慣れていません。特にこの時期は、熱中症に気をつけて過ごしましょう！！体調が悪い時は無理をしないでくださいね。

5月の保健目標：病気を早く治そう

健康診断の後、「結果のお知らせ」をもらった人は、早めにお医者さんに行って診てもらいましょう。結果を書いてもらったら、忘れずに学校に持ってきてください。

健康診断の結果から生活をふりかえってみよう



長時間、
ゲーム機やスマホを
使っていませんか？



食後に歯みがきは
していますか？



イヤホンなどで
長時間、音楽を
聞いていませんか？

保護者の皆様へ

日頃より、本校の学校保健活動にご協力をいただき、ありがとうございます。



◇健康診断の結果のお知らせについて

各検査・検診の結果、医療機関での治療や相談が必要と判断されたお子さまには「結果のおしらせ」の用紙を随時配付しています。治療等の必要がありましたら、早めに医療機関を受診され、「結果のおしらせ」の用紙に診断結果を記入してもらい、学校までご提出ください。

学校での検査・検診はスクリーニングで、病気や異常の疑いがあるかどうかを調べるためのものです。治療を目的とした「診断」とは異なるため、病院での検査結果と差異が生じる場合があることを御承知おきいただければと思います。