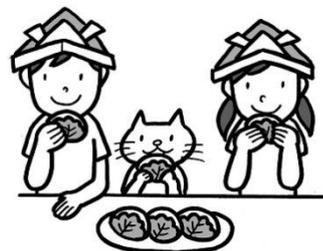




ほけんだより 5月

令和5年5月2日
能登町立小木小学校
保健室

新学期が始まって、1か月がたちました。5月は、今までの緊張が少しゆるみ、からだや心の疲れがしやすい時期といわれます。ゆっくりとお風呂に入り、早めに布団に入るようにしましょう。また、みなさんが楽しみにしている運動会もありますね。元気に運動会の本番を迎えられるように、体調管理をしっかりとしていきます。



ほけんもくひょう 5月の保健目標

きそくただ
規則正しい
せいかつ
生活をしよう

ほけんぎょうじ 5月の保健行事

- 11日(木) 内科検診[全員]
- 17日(水) 尿1次2次検査[対象者]
- 24日(水) 歯科検診[全員]
- 31日(水) 心臓検診[1・4年生]

※5月も検診が続きます。問診票の記入は終わっていますが、気になることがありましたら、事前にお知らせください。

おうちの方へ

☆健康チェックカードについて☆

毎朝の検温、体温の記入にご協力いただき、ありがとうございました。8日より、新型コロナウイルス感染症が5類感染症に位置づけが変更されます。そのため、8日より健康チェックカードの記入・提出は不要とします。

しかし、新学期の新しい環境に慣れるまでは、子ども達も緊張して疲れやすくなっています。ご家庭での健康観察については、今後も引き続き、よろしく願いいたします。

ご家庭での健康観察をお願いします

- 風邪症状はないですか？
- 朝ご飯はしっかり食べられましたか？
- 顔色はわるくないですか？
- 下痢や便秘をしていませんか？
- いつもと変わったようすはありませんか？



- ・ご家庭でも登校前や帰宅後のお子様の様子に目を配っていただき、気になることがあれば、お知らせください。
- ・欠席・遅刻の連絡は、必ずお願いいたします。

うんどうかい む き ～運動会に向けて気をつけてほしいこと～

けがや体調を崩さず、元気に運動会に参加するために、次の5つのことに気をつけて、しっかりと準備を整えていきましょう。



ぜんじつ ひつよう じゅんび どうじつ わす もの
前日までに必要なものを準備しておき、当日は忘れ物がないようにしましょう。



みなさんにいつでも利用して欲しい「ほけんしつ」ですが、できることとできないことがあります。確認して利用してくれるとうれしいです。

／ほけんしつで／

できること・できないこと



ぐあい わる
具合が悪くなったとき



きゅうよう ようす
休養して様子
をみます



くすり だ
薬を出すこと
はできません



けがをしたとき



おうきゆうてあて
応急手当を
します



けいぞく しよち
継続した処置
はできません