



ほけんだより 5月

令和7年5月1日
わかやましようがこうほけんしきはこう
若山小学校保健室発行
ぶんせき もうり
文責:毛利

4月に前期委員会の任命式がありました。前期は4名の委員で、
朝日の放送やバースデー会の運営、保健関係の発表を行います。
若山小のみんなが楽しく健康に過ごせるように何ができるかを
一緒に考えていきます!



●5月のほけん目標 ●

ともなかよ 友だちと仲良くしよう!

5月のほけん行事

- * せいいけつチェック → 12日(月), 27日(火)
- * いい姿勢の日 → 14日(水)
- * いい歯の日 → 19日(月)



5月の健康診断

- | | |
|--------------------|----------|
| * 尿検査 (一次・二次) | → 13日(火) |
| * 心臓検査 (1年) | → 15日(木) |
| * 耳鼻科検査 (1, 2, 4年) | → 19日(月) |
| * 尿検査 (二次のみ) | → 28日(水) |



運動会練習が始まります



おうちで出来ること

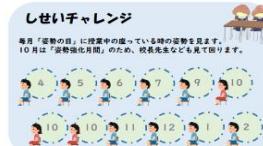
- ✓ 朝ごはんをしっかり食べる
- ✓ 睡眠時間を確保する
- ✓ 疲れた時は早めにねる



練習中に出来ること

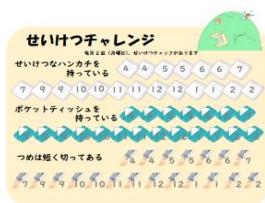
- ✓ こまめに水分補給
- ✓ 帽子をかぶって日よけする
- ✓ くつのサイズを確認する
- ✓ 汗をタオルでふく

「けんこうチャレンジ」 始まっています



①せいいけつ ②はみがき ③しせい
それぞれのチャレンジを達成できた人は
シールをもらえます!

シールを集めてがんばりましょう♪



3つのチャレンジを合計したTOP3を
毎学期に表彰します!
けんこうマスターを目指せ!!

~保護者の皆様へ~

①色覚検査について

希望される児童を対象に、色覚検査を受けることができます(養護教諭が昼休みなどの時間に実施予定)。お子さんの色の使い方や見え方が気になる場合は、連絡帳等でお知らせください。

②スクールカウンセラー(SC)について

今年度は2名のSCが来校されます。

佃 菜穂 先生(隔週、木曜日)

表 広大 先生(隔週、水曜 or 木曜日)

お子さんの様子や、保護者の皆様ご自身のこと
も相談をすることができます。希望される方は、
担任または養護教諭までお知らせください。