

# ほけんだより 5月



新地小学校  
NO. 2  
R6. 5. 7

子どもたちが楽しみにしていたゴールデンウィークも終わり、新学期が始まってあっという間に、1か月が経とうとしています。この連休でリフレッシュして、5月を元気にスタートできるといいですね。連休中は生活リズムが乱れやすく、連休明けの生活に影響が出てきます。連休明けはとくに生活リズムに気をつけて、お子さんの健康状態を確認してから登校させていただきますようご協力お願いいたします。

健康診断は、  
自分のからだの  
こと知る  
チャンス！

日	月	火	水	木	金	土
			1 尿検査① (全学年) 内科検診 (1・2年)	2	3 憲法記念日	4 みどりの日
5 こどもの日	6 振替休日	7 すこやかファイル 配付(1~3年)	8	9	10	11 運動会
12	13 繰替休業	14 心電図検診 (1・4年)	15 眼科検診 (全学年) 尿検査② (対象者)	16	17 色覚検査 (4年希望者)	18
19	20 耳鼻科検診 (1・4年)	21	22	23 色覚検査 (希望者)	24	25
26	27	28	29	30 尿検査③ (対象者)	31	

## 尿検査① 対象：全学年

○ 提出日 **5月1日(水)**

## 尿検査② 対象：未提出者・対象者

○ 提出日 **5月15日(水)**

## 尿検査③ 対象：未提出者・対象者

○ 提出日 **5月30日(木)**

体調や欠席等により、5月1日(水)に採尿、提出ができなかったお子さんは、15日(水)もしくは30日(木)の朝9時までに学校に提出していただければ検査機関に提出できます。

また、2次検査が必要な場合には、個別にお知らせいたします。

## 耳鼻科検診 対象：1・4年

**13:00~**

**20日(月)**

<荒川 Dr. (荒川クリニック)>



耳、鼻、のどに病気がないか検査します。毎年、1年生と4年生が対象になっています。無理に耳掃除をしてしまうと、逆に耳垢を押し込んでしまったり、傷つけてしまうこともありますので、前日に、お子さんの耳をできる範囲で優しくチェックしてください。異常が見つかった場合は、水泳学習が始まる前に、主治医の指示を受けるようご協力ください。

## 眼科検診 対象：全学年

**13:30~**

**15日(水)**

<森安 Dr. (相双眼科)>



目の病気がないか検査します。前髪が目にかからないように短く切るか、ヘアピンやゴムでとめるようにしましょう。

異常が見つかった場合は、水泳学習が始まる前に、主治医の指示を受けるようご協力ください。

## すこやかファイルについて

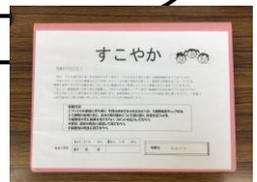
1~3年生の取り組みになります。

詳しくは、ファイルの表紙に書いてあります。5月7日(火)に配付しますので、ご覧になってください。良い生活習慣の定着をめざして行っているものですので、ご家庭の協力をお願いいたします。

<取り組み期間>

**5月7日(火)~5月11日(土)**

※ 5月14日(火)に提出です。



# 今年度初めてのすこやか調べの結果は・・・

今年度も、児童保健委員会と協力して、毎週木曜日にすこやか調べを実施しています。すこやか調べの結果は、保健委員会の児童の皆さんが集計のお手伝いをしてくれて、お昼の放送で発表してくれています。4月18日（木）の結果は以下の通りでした。

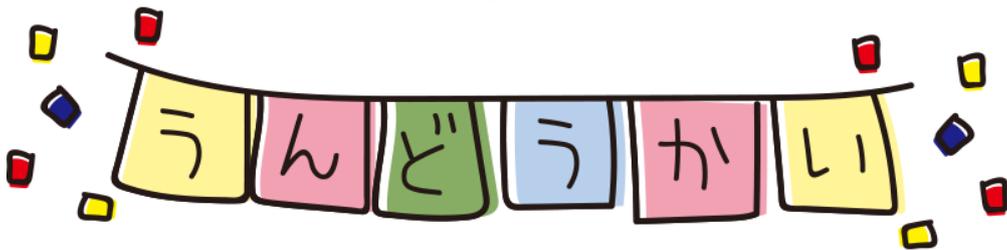
《○と答えた児童の学年ごとの割合》

	1の1	1の2	3の1	3の2	4の1	4の2	5年	6年	なかよし ふれあい	全校合計
朝ごはん	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%
歯みがき	100%	87%	90%	90%	94%	100%	100%	92%	100%	95%
つめ	81%	93%	100%	100%	100%	100%	88%	81%	88%	92%
ハンカチ	88%	100%	90%	100%	94%	94%	97%	85%	75%	91%
寝る時刻	100%	67%	86%	87%	100%	76%	100%	85%	88%	87%



「朝ごはん」を食べてきた児童は100%でした！大変素晴らしいです。朝のお忙しい時間に、毎日準備していただきありがとうございます。朝ごはんは、午前中の活動のエネルギー源になります。1日を元気に活動できるように、今後もしっかり朝ごはんを食べてから登校してほしいと思います。

今回のすこやか調べでは、「寝る時刻」が遅くなってしまっている人が多いことが分かりました。睡眠は体と心に大きな影響を与えます。遅くなっている人は、まずはいつもより5分早く寝る習慣をつけられるように心がけてほしいです。



小学校の大イベントの1つ、運動会がもうすぐです。どの学年も毎日、練習に気合が入っています！子どもたちが100%の力を発揮し、思い出に残る楽しい運動会にするために、次のことを徹底していきましょう！！

