

ほけんだより 5月号



令和5年4月28日
江戸川区立 船堀小学校
校長 山下 靖雄

5月は暦の上では夏の始まりです。さわやかで過ごしやすいですが、朝晩と日中の気温差が大きく、体調を崩しやすい時期でもあります。元気に過ごすコツは、早寝・早起き・朝ごはん。ゴールデンウィーク中もこころがけてください。

5月の保健目標 運動と休養のバランスをとりましょう

5月の保健行事

日(曜日)	検診	実施学年
9日(火)	尿検査②	該当者
10日(水)	耳鼻科検診①	2・4・6年 あすなろ学級
11日(木)	眼科検診	全学年
17日(水)	耳鼻科検診②	1・3・5年
18日(木)	尿検査③ 内科検診②	該当者 4年、5-2、 2-3、2-4
24日(水)	心臓検診	1年・該当者
25日(木)	内科検診③	5-3、5-4 6年、あすなろ学級
31日(水)	歯科検診	全学年

保護者の皆様へ①

4月からの様々な検査・検診について、ご協力ありがとうございます。医師の診察が必要な際にはその都度、「治療のお知らせ」をお渡ししています。お知らせを受け取った場合は、できるだけ早めに受診し、経過・結果を学校までお知らせいただきますよう、お願いいたします。特に眼科や耳鼻科などの診断は水泳学習の可否にも影響しますので、早めに受診していただきますよう、よろしくお願いいたします。

また、検診当日に欠席をした場合は、ご家庭で各校医の医療機関や区の検査機関へ受診していただくこととなります。ご了承願います。



ともあそびだちと遊んだり、からだを動かしたりする

こころつか心の疲れをとる

せいかつ生活のヒント

きそくただ規則正しく生活することで、心が落ち着いて自然と元気になります。

しんぱいごとなやご心配事や悩み事をだれかに話す



じかんきまはやくね時間を決めて早めに寝る

ハンカチ・ティッシュを持ち歩こう



まいにちかくにん毎日確認しよう!

せいじつ清潔とは汚れのないことで、健康を保ち病気にならないようにするには、清潔に気をつけることは大切です。

つまがのびすぎていませんか?



保護者の皆様へ②

学校で生理が来て困っている児童が安心して学校生活を送れる環境にすることを目的に、トイレに生理用品を設置します。主に4・5・6年生のトイレの手洗い場に設置します。ただし、4年生についてはしばらくの間、学年主任・田中教諭が教室で管理し、状況を見てトイレの手洗い場に設置する予定です。

** 1学期・スクールカウンセラー勤務予定 **

相談室

5月2・9・16・23・30日、6月6・13・20・27日、7月4・11日の火曜日です。相談を希望される場合は、担任または保健室・養護までご連絡ください。