

ほけんだより

5月号

一宮市立丹陽南小学校
保健室

こんげつ ほけんもくひょう
今月の保健目標



せいけつ
からだを清潔にしよう

しんがつき はし げつ きんちょう つか て じき
新学期が始まって1か月がたちました。緊張がゆるんで疲れが出る時期です。
はやね はやお あさ こころ せいけつ ととの か はし ひと
『早寝、早起き、朝ごはん』を心がけて生活リズムを整えましょう。ろう下を走っている人がとても多いように感じます。ろう下は、右側を歩きましょう。

こんげつ がっこうい せんせいがた けんこうしんだん う
今月は、学校医の先生方にみてもらう健康診断がいくつかあります。健康診断を受けるときは、「自分の名前、お願いします。」をしっかりと言いましょう。



がつ ほけんぎょうじ
【5月の保健行事】



※どんな準備をするといいかな？

- 耳鼻科健診→検診前日に耳掃除をしましょう。
- 内科健診→体操服が必要です。検診前日はお風呂に入って体を洗いけつしておきましょう。

7	火	心電図検査（1年生、前回欠席者等）
10	金	内科健診（2・6年生）
17	金	尿検査2回目（未提出者、再検査者） 内科健診（3・5年生）
27	月	眼科健診（1年生、2～6年抽出者）
29	水	耳鼻科健診（1年生、2～6年抽出者）
31	金	尿検査3回目（未提出者、再検査者）

がっこうせいけつ たいせつ
学校生活のために大切な検査が続きます。準備や服装を整え、正しい検査ができるよう、マナーを守って、しっかりと受けましょう。

けんこうしんだんは、なんのため？

しらべる

びょうき・いじょうがないか



しる

からだのせいちょうのようす



まなぶ

からだ・こころ・けんこうについて



こんねんど かようび
今年度も火曜日に「さわやかしらべ」があります！

せいけつ みじたく てんけん かんせんしやう とぼう たいせつ しゅうかん
清潔な身支度は、点検のためだけでなく、感染症などの予防にも大切な習慣です。
清潔な ハンカチ、ティッシュの準備を忘れないようにしましょう。爪は短く切りましょう。週に1回爪を切る日を決めると良いです。朝、学校に来る前に歯磨きも忘れずに！
すいようび きゅうしょく じかん しゅうけいけつか ほうそう
水曜日の給食の時間に、集計結果を放送します。よく聞いてくださいね。

健康的な生活は「手洗い」から

目には見えなくても、私たちの身の回りには、病気のもとになるばい菌がひそんでいます。それらを体の中に入れないためには、しっかりと手を洗うことが大切です。



こんなときには、手を洗いましょう

外から帰ったとき



食事の前



トイレの後



調理の前



動物にさわった後



食べ物にさわる前と後



手の清潔を保つために

つめを切っておこう

清潔なハンカチを持ち歩こう

