



ほけんだより 5月

平成28年5月2日
熊谷市立玉井小学校

5月が始まり、少しずつ暑い日が増えてきました。さて、新しい学年がスタートし、もう1ヶ月が過ぎました。子供たちも新しい環境に慣れ、少しずつ自分のペースで学校生活を楽しめるようになってきましたが、知らず知らずに頑張りすぎて疲れも出てくる頃です。この連休でしっかり休んで元気を充電しましょう。また、連休中は生活が乱れがちになってしまうので、生活リズムを崩さないよう注意しましょう。

5月のイヤイヤ期

5月は、4月からの環境の変化などにより、疲れが溜まり、眠れない、起きられない、食欲がない、イライラする、無気力などの症状が見られることがあります。ひどくなると、外出や登校もしたくなくなります。

5月のイヤイヤ期脱出法は？

- ・のんびりお風呂に入って心と体の疲れを取る
- ・たくさん体を動かして元気よく遊ぶ
- ・3食しっかり食べる



毎日の清潔チェック！

～何個チェックできるかな？～

- ハンカチ・ティッシュは持ちましたか？
- 食事をした後、歯みがきをしていますか？
- つめは切っていますか？
- 下着を着ていますか？
- 毎日お風呂にはいっていますか？
- 手洗い・うがいをしていますか？

健康診断結果のお知らせが届いたら...

○健康診断で異常の疑いや、お医者さんにもっと詳しく調べてもらう必要がある場合には、随時ご家庭に結果のお知らせ(受診勧告)をお渡ししています。疾患によっては時間が経つとともに、症状が悪化する場合があります。結果のお知らせをもらったなら早めに専門医の受診をお願いします。また、受診後は結果をお知らせください。

☆健康診断がすべて終わりましたら、「健康手帳」にて結果をお知らせします。

☆検診等で所見の無い場合は、結果のお知らせはお渡ししません。

(歯科検診と4年生の色覚検査希望者のみ全員にお渡ししています。)

4月のほけんしつ(来室状況) H28年4月26日現在

け が 53人 病 気 14人

けがでの来室は、擦り傷や打撲が目立ちました。4月中旬頃より、発熱や頭痛でお休みをしている子、また気分不良や腹痛を訴えてほけんしつに来る児童がみられます。ご家庭での登校前と帰宅後の健康観察をお願いします。緊張の連続で心も疲れているかもしれません。温かい言葉かけや励ましの言葉かけもお願いします。

5月の健康診断予定

日	曜日	検 診 名	対 象 学 年	準 備 ・ 注 意 す る こ と 等
6	金	内科検診 (林間学校前検診)	5年生	・体育着の上下(半袖・半ズボン)が必要です。
9	月	内科検診	3年生	・体育着の上下(半袖・半ズボン)が必要です。
10	火	内科検診	6年生	・体育着の上下(半袖・半ズボン)が必要です。
16	月	内科検診	1年生 ゆり・ひまわり	・体育着の上下(半袖・半ズボン)が必要です。
18	水	尿検査(二次)	一次陽性者・未提出者	・忘れずに提出してください。
19	木	尿検査(二次)	一次陽性者・未提出者	・忘れずに提出してください。
		歯科健診	3・4・5・6年生	・朝、しっかり歯みがきをしてきてください。
23	月	耳鼻科検診	3年生 4・6年生対象者	・検診前日に耳掃除をしてきてください。
25	水	耳鼻科検診	1・5・2年生 ゆり・ひまわり	・検診前日に耳掃除をしてきてください。
26	木	尿検査(二次)予備日	対象者	・18(水)、19(木)に提出できなかった児童が対象です。
30	月	内科検診	4年生	・体育着の上下(半袖・半ズボン)が必要です。

☆検診ごとに、事前調査の記入・提出のご協力ありがとうございました。

引き続きよろしくお願いたします。

