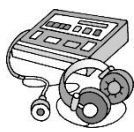


令和6年5月1日

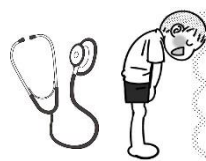
はちまんだいしょうがっこう ほけんしつ  
八幡台小学校 保健室

しんがっき はじ かげつ た 新学期が始まって1か月が経とうとしています。あたらしい クラスには慣れましたか？  
きせつ か め たいちよう くず 季節の変わり目は体調を崩しやすい時期です。もし、「なんだかいつもよりしんどいな…」  
かん じたら、むりせず休むようにしましょう。

きゅうけいじかん とき 暑い〜！と汗をかきながらあそぶ子が増えてきました。すいどう わす  
休憩時間になると、「暑い〜！」と汗をかきながら遊ぶ子が増えてきました。水筒を忘  
れずに持ってくるようにしましょう。



## がつ ほけんぎょうじ 5月の保健行事



はじめと終わりの  
あいさつを  
しっかりと



	午前	午後
9日(木)	し つかけんこうしんだん 歯科健康診断(宇佐美 Dr.) 1・3・6年	内科検診(南方 Dr.) 4年・5-3
10日(金)	心電図検診1年	
13日(月)	聴力検査6年	
14日(火)	聴力検査5年	
16日(木)		し つかけんこうしんだん 歯科健康診断(岩橋 Dr.) 2-2・5年
17日(金)	聴力検査3年	
20日(月)	聴力検査1年	
21日(火)		耳鼻科検診3-2・5年
22日(水)		眼科検診全学年
23日(木)	聴力検査4年	
24日(金)	聴力検査2年	
28日(火)	尿検査	耳鼻科検診1年・3-1
29日(水)	尿検査予備日	
30日(木)		内科検診(上中 Dr.) 2年・3-2

じょうず かつよう 上手に活用しよう！

けんこうしんだん  
健康診断

けつ 結果  
の結果

### かく にん 確認



「どれくらい成長したかな？」「目は悪くなっていないかな？」  
おうちのひとと一緒に確認しましょう

### ふりかえり 振り返り



自分の体の状態を知って、これから気をつけることや今まで通り続けていきたいことを考えてみましょう

気になる場所があった人は、早めに受診を

# 健康診断でわかることとわからないこと



健康診断では、みなさんがバランスよく成長しているか？ 見たり聞いたりするのに不自由はないか？ 体の異常や病気の可能性はないか？ がわかります。

けれどこんなことはわかりません。

- 視力や聴力の正確な数値
- 病名
- 病気や不調の原因
- 治療法

「受診のおすすめ」をもらったら、なるべく早く専門のお医者さんに診てもらいましょう。

不調の原因が早くわかれば、早く治療が始められます。治療期間も短くてすむかもしれません。なにより気分も早くスッキリします。

「受診のおすすめ」をそのままにしないでくださいね



## せいけつな生活

できているかな？

できたら□にチェックをしよう！

- ハンカチ・ティッシュは毎日持ってきている
- つめを短く切っている
- ご飯を食べ終わった後、歯をみがいている
- ご飯を食べる前やトイレの後、石けんで手を洗っている

体をせいけつに保つことは、病気やケガの予防にもつながります♪



# 手を洗ったあとは…？

清潔に過ごすために、手洗いは欠かせません。おやおや、でもみんなには、手を洗ったあとに使う○○○○がないみたい…！？

ぬれた手で髪がたどとの髪型を整えるよ。手も乾くし一石二鳥なの

手を洗ったあとは、いつも服でふいてるよ！

きのう使ったけど、今日も同じもので大丈夫だよ！



みんなに足りないモノ…それは「ハンカチ」。服や髪、洗って濯いでいないハンカチには雑菌がいて、せっかく洗った手が台無しです。手洗いと同じくらい、ハンカチも大切！ 覚えておいてくださいね。

