

# ほけんだより 5月

尾道市立西藤小学校  
令和4年  
5月9日  
(No.2)

## ☆新学期が始まって1か月が経ちました☆

新しい環境にも慣れてホッとすることこの時期は、今まで緊張していた分の疲れが出やすい時期でもあります。規則正しい生活習慣を心がけ、疲れを感じたら早めに休みましょう。

### 《5月・6月の保健行事予定》

日程	内容	学年
5月 9日 (月)	尿検査キット配付	全学年
5月10日 (火)	尿検査回収	全学年
5月19日 (木)	心電図検査	1・4年生
6月 1日 (水)	歯科健診	全学年
6月 2日 (木)	内科健診	3・6年生
6月 3日 (金)		2・4年生
6月16日 (木)		1・5年生

※お知らせ※ ご協力宜しくお願いいたします！😊

- ①心電図検査を受ける1・4年生の皆さんは、必ず体操服を持参してください。
- ②尿検査を当日提出することができない場合は、必ず学校に連絡してください。
- ③歯科健診の前は、丁寧に歯磨きをしておいてください。十分な健診が受けられません。
- ④内科健診では、4～6年生の女子はまきまきタオルを使用するので、自分のものを持ってきてください。

## おうちのかたへ

### ☆健康診断の結果を お渡ししております☆

学校では、病気や異常の疑いがある人すべてに、健康診断の結果のお手紙をお渡ししています。

お知らせをもらったからといって、すぐに異常があったというわけではありませんが、もし病気があった場合、早く治療を始めることができます。お知らせをもらった場合は、なるべく早い受診をお願いいたします。定期的に医療機関を受診している場合や、新たに医療機関を受診された際には、【健康診断結果のお知らせ】下部についております「返信票」を、学校まで提出頂きますよう宜しくお願いいたします。今後も健康診断が続きますので、保健連絡袋はお知らせを受け取られ次第、学校へ返却ください。

◆小林先生豆知識◆ 暦の上では、5月は“夏”です☀️

5月5日は「立夏」といいます。夏が始まる日とされ、汗ばむ日もできます。少し肌寒い日もありますが、夏を意識して生活してみましょう！

### △こんなことに気を付けよう△

①天気によって暑かったり寒かったりする時期です。また、朝・夕方と昼間の気温差も大きいです。脱いだり着たりできる服で調節しましょう。

②春の熱中症に注意しましょう！  
晴れた日には夏のように暑い時もあります。まだ早いと油断せずに、熱中症には気を付けましょう。

③のどが渴いたな～、つかれたな～…と思う前に、水分や休憩をこまめにとって、上手に熱中症を予防しましょう。また、外では帽子をかぶりましょう。



小林(熱中症対策バージョン)