



2023.5.1
明治小 保健室

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、早ね・早起き・朝ごはんです。もうすぐ始まるゴールデンウィーク中もぜひ心がけてくださいね。



今月の保健目標 心と体をととのえよう！

受診のすすめをもらった人は早めに受診しましょう！

眼科・・・視力が **B 以下** の人、眼科検診で異常の疑いがあった人

歯科・・・全員に検診結果のお知らせを配布（1・5年生は検診後に配布）

- ★ 受診のすすめをもらった人は早めに医療機関を受診し、治療しましょう。
- ★ 眼科検診を欠席した児童には追加検診のお知らせを配布しました。
- ★ 定期検診等の都合で受診が遅れる場合には連絡帳等でお知らせください。



5月の保健行事



検診が続きます。服装や注意事項の確認を！

1日（月）	聴力検査（2年）	
2日（火）	聴力検査（1年）	
8日（月）	聴力再検査	
11日（木）	尿検査提出！	*容器は10日（水）に配付
16日（火）	耳鼻科検診（わ・1・2・3年）	
18日（木）	内科検診（わ・5・6年）	
19日（金）	内科検診（1・2年）	
22日（月）	心臓検診（1年）	
23日（火）	耳鼻科検診（4・5・6年）	
24日（水）	貧血・生活習慣病予防健診（5年）	
25日（木）	内科検診（3・4年）	*今年度最終

いきいきめいじっこ週間 5/3（水）～5/7（日）

毎年、5月の連休のあとに体調をくずしてしまう人が多いです。それは、生活リズムがみだれてしまうことが原因です。ゴールデンウィーク明けも元気にすごせるように、休みの日でも学校がある日と同じ生活リズムですごしましょう。

朝ごはん



すいみん



うんどう



メディア



＜今後の予定＞ *操作がむずかしい人はおうちの人といっしょにやりましょう

5月 2日（火）各クラスのクラスルームに配信

8日（月）までに回答（Google フォーム）

★5日間の様子をまとめて回答します（毎日記録するものではありません）



歯と口の健康に関する^ず_が図画・ポスター・^{ひょうごてん}標語展



さくひんぼしゅう

作品募集のお知らせ



渋川・北群馬で行っている図画・ポスター・標語展へ出品する作品を募集します。

下の説明をよく読んで、ゴールデンウィークの間にぜひチャレンジしてみてください！

●図画・ポスターについて

- ・画用紙の大きさ：B3または四ツ切
- ・1～3年生：図画（絵のみです。文字は入れません。）
- ・4～6年生：ポスター（絵と文字を入れてください。「むし歯」の文字を入れる場合は、「虫歯」や「ムシ歯」ではなく「むし歯」と書いてください。

*画用紙の裏面に、学年と名前を書いてください。

●標語について

- ・応募用紙：本日配布した「歯と口の健康啓発標語応募用紙」に書いてください。
- ・「虫歯」や「ムシ歯」ではなく、「むし歯」と書いてください。

●図画・ポスター・標語のしめきり

- ・5月12日（金）までに、担任の先生に提出してください。

