

# ほけんだより 5月

新学期が始まってから約1カ月が経ちました。ゴールデンウィーク前に加茂小で流行していた感染性胃腸炎も終息の兆しが見えてきました。感染性胃腸炎は、1～2日で治まることが多く、回復は早めですが、回復後も数週間にわたって便にウイルスが出る場合があります。引き続き十分な手洗いをお願いします。

## ～感染症予防の基本～

### 手洗いをしましょう！



がいしゅつ もど  
外出から戻ったとき



い あと  
トイレに行った後



ちようり しよくじ まえ  
調理・食事の前

### 元気祭りに向けて準備をしよう！

いよいよ元気祭りが近づいてきました。気候の変化も激しい季節です。体や心に疲れがでて、怪我をしやすくなったり、体調を崩しやすかったりする時期でもあります。睡眠を十分にとって、疲れをしっかりとりましょう。

体温調節ができるように、脱ぎ着しやすい服が一枚あると良いと思います。服装の工夫をお願いします。また、汗をかいたらすぐに拭けるようにタオルの準備等をお願いします。

元気に練習や本番に臨んでほしいと思います。



まへのはひはやく寝る  
前の日は早く寝る



あさごはんをしっかり食べてくる  
朝ごはんをしっかり食べてくる



しんびんどうをしっかりとこなう  
準備運動をしっかりとこなう



つまを切っておく  
つまを切っておく



足にあつくつをはく  
足にあつくつをはく



みづをこまめにとる  
水分をこまめにとる

引き続き実施中！

# 今月の健康診断

❀ 5月7日（金） 心臓健診 1年生のみ

脱ぎ着のしやすい服装で登校してください。足首に器具をとりつけるので、タイツではなく靴下でお願いします。

❀ 5月18日（火） 尿検査予備日 未提出者

❀ 5月20日（木） 歯科健診 全校

9時からの検診です。朝の歯磨きを丁寧にしてください。  
名札を忘れずにつけてきてください。

❀ 5月25日（火） 内科検診 全校

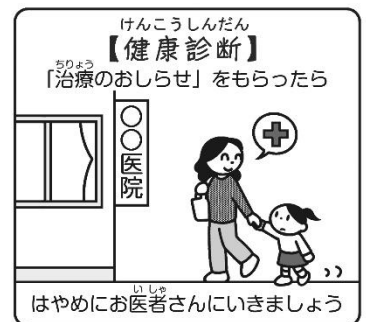


## 検診結果の配付について😊

これから、検診の結果、疾患や心配な症状がみられたお子さんに、「検診結果のお知らせ」を配付します。

「検診結果のお知らせ」が届きましたら、必ず医療機関で診ていただってください。

また、受診結果は必ず学校へ御提出ください。  
よろしく願いいたします。



## 検診を受けられなかった人へ😊

検診の日に欠席したお子さんには、その都度お便りを配付いたします。お便りが届きましたら、学校医さんのところに電話をしていただき、学校からの文書を持って検診を受けてください。（眼科受診の際は、事前の連絡はいりません。）

6月30日までに受けていただくよう、よろしく願いいたします。