

ほけんだより

5月



No.2

令和6年5月1日
小手指小学校
保健室

新年度がスタートして、およそ1か月がたちました。だんだん新しいクラスや学年にもなれて、落ち着いてきたところではないでしょうか。お疲れ気味の人もあるかもしれませんね。まずはしっかりとすいみんをとる、好きな遊びを楽しむ、おいしいものを食べるなどリラックスできる時間を作りましょう。

また、5月は寒暖差の激しい季節です。熱中症にならないように暑さ対策やこまめな水分補給など注意して生活しましょう。

急な暑さに備えた対策を心がけよう



脱ぎ着のしやすい服装で、体感温度を調節しましょう



気温が高いときは、のどがかわく前に水分補給を



外出するときは帽子や日傘で紫外線をさけましょう



保健室に来たら

具合の悪いところ

いつから

どうして

どんなふう

教えてください

保健室に入ったら、
年組名前を言いましょう!

ほけんしつに5月13日～6月7日
教育実習生が来ます!

たかはし さき
高橋 咲妃 せんせいです。
よろしくお願ひします。

☆4月の保健室利用人数☆

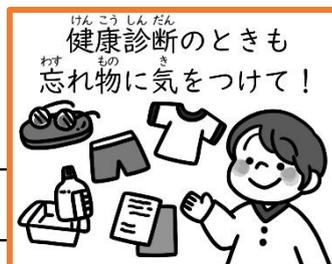
けが

体調不良

146人

48人

まだまだ続きます♪健康診断
～心と体の準備をよろしくお願いします～



月 日	曜日	保健行事	対象	注意事項・その他
5月2日	木	内科検診	全学年	上下体操着
5月10日	金	聴力・視力検査	2年	前夜に耳掃除をしよう メガネの準備
5月14日	火		1年	
5月16日	木	歯科検診	5. 6年	前夜と朝、歯みがきをしっかりと
5月30日	木	耳鼻科検診	全学年	前夜に耳掃除をしよう
6月3日	月	眼科検診	全学年	早く寝て、目を休めよう
6月6日	木	歯科検診	こばと、3. 4年	前夜と朝、歯みがきをしっかりと

1年生の検査日程
を変更させていただきました。
ご確認よろしくお
願います。

保護者の方へ

定期健康診断について

各検診終了後、医療機関を受診することが必要なお子さんに「検査結果のお知らせ(治療のすすめ)」を配布します。早めに病院での受診をお願いいたします。(なお保健調査票で、事前に申し出があり通院している疾病に関してはお知らせは配布しません。)

また、検診当日の欠席者に関しましては、「定期健康診断欠席者の健診依頼」を配布します。依頼書を持って、学校医の医療機関(一覧参照)に受診をお願いします。

	病院名	電話	住所	診療時間
内科	アイリス クリニック所沢	2923-2921	御幸町5-15	9~12:30 土日午後、火水祝休診
耳鼻科	田中耳鼻 いんこう科	2948-1166	西狭山ヶ丘1-3118-11	8:45~12 14:45~18 木曜、日・祝休診
眼科	深井眼科医院	2928-6900	小手指町1-26-9	9:30~12:30 15~18:30 火曜・金曜午後休診
歯科	湯原歯科 クリニック	2921-4185	東狭山ヶ丘6-2775-3	9~13 15~19 木曜、日・祝休診

早退について

熱はなくても体調不良(頭痛、腹痛、気分不良など)により、学校での学習ができなくなる場合があります。その際は、学校からご家庭に連絡します。

また、保健室で様子を見る場合もありますが、朝から体調のすぐれない場合は、保健室で休養せず早退となる場合もあります。早朝から体調がすぐれない場合は、ご自宅で休養をとり、様子を見てあげてください。