

げんきっ子5月

令和7年5月1日
三高小学校 保健室

新学期が始まり、1か月が経ちました。心と身体の調子はどうですか？ 新年度のリズムに慣れてきたと思っても、気づかないうちに疲れが溜まっていることもあります。

ゴールデンウィークは楽しく過ごしながらも、溜まった疲れをとれるよう、余裕を持ったスケジュールを組みましょう。

5月は健康診断が毎週あります。それぞれ必要な物があるので、忘れないようにしましょう。

月	火	水	木	金
	1 <small>たいそうふく 体操服</small> がいるよ		1	2
5	6	7 4年生のみ 心臓検診 11:45~ 色覚検査	8	9
12	13	14 <small>たいそうふく 体操服</small> がいるよ	15 マスクがいるよ 眼科検診 13:45~	16
19	20 耳鼻科検診 13:10~	21	22 内科・結核・ 運動器検診 13:30~	23
26	27	28	29	30

今年度の
健診医の先生方

<内科> 学校医
長尾医院
長尾 秀幸先生

<耳鼻科>
おいし耳鼻咽喉科
大石 喜道先生

<歯科> 学校歯科医
世良田歯科クリニック
世良田 治彦先生

<眼科>
広島大学大学院
稲田瑛介先生

<薬剤師>
学校薬剤師
土肥整形外科病院
大上 一喜先生

気温が高くなってきます

5月は、最高気温が25度を超える夏日になる日も出てきます。

こまめに水分補給を行い、熱中症に注意しながら外で体を動かしましょう。

身のまわりの清潔を保とう！

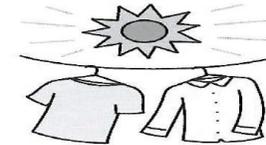
こころよいシーズンを快適に楽しむために、身のまわりの清潔にも気を配ってくださいね。



脱ぎ着のしやすい服を選んで、急な気温の変化に対応しよう。



清潔なハンカチやタオルを持ち歩いて、汗のしまつはしっかりと。



気温も上がり、汗ばむ季節。下着やジャージ等はこまめに洗濯。



清潔な服のほうが汗の吸収もよく衛生的で気分もよいね。

ぐんぐんウィークが始まります！

4月のねるねるウィークでは、たくさんの方が早寝早起きを頑張っていました。これからも続けてください。

5月は、ぐんぐんウィークです。7日~13日に運動とメディアにチャレンジです。毎日しっかり運動して、メディアと適度な付き合い方を心がけましょう。今月も頑張りましょう。

スクールカウンセラーさんが来られます

今年もスクールカウンセラーの生越聖子先生が来てくださいます。お話しをしたい人は、担任の先生に言いましょう。遠慮せず相談にのってもらってください。



保護者の方へ

健診の実施に伴い、各健診が終了し次第、それぞれ健診結果を配付しますので、ご確認をお願い致します。

また、健診でお子様に所見があった場合は、できるだけ早く病院を受診していただきますようお願い致します。

なお、学校で行う健康診断は、学業やこれからの発育に差し支えの出るような病気がないかなどを見分けることが目的とされています。細かく診断を行うのではなく、異常の有無や専門的な医療につなげる必要性について判断を行うものであるため、病院を受診して、「異常なし」と言われる場合もあります。あらかじめご了承ください。