

# ほけんだより

岡山市立鯉山小学校  
保健室  
令和5年5月2日発行  
NO. 2

しんがっき はじ げつ あたら がくねん な  
新学期が始まって1か月。新しい学年に慣れてホッとこの時期は、  
いま きんちよう ぶん つか で しき  
今まで緊張していた分の疲れが出やすい時期です。  
きそくただ せいかつ こころ つか かん はや きゅうよう  
規則正しい生活を心がけ、疲れを感じたら早めに休養しましょう。



## 5月の保健目標 **すす びょうき 進んで病気をなおそう。**

5月は学校医の先生にみていただく健康診断が続きます。体調をととのえて、予定の日に受診できるようにしましょう。また、検診の結果、詳しい検査や治療が必要な人には、文書でお知らせしますので、早めに医療機関へ行きますよう。



## 保護者の方へ

### 4月で身体測定、視力・聴力検査がおわいました。

※視力の「治療のすすめ」は、眼科検診が5月26日に終了するため、5月26日に以降にお渡します。

※聴力の「治療のすすめ」は、耳鼻科検診（4月28日）終了したため 連休明けにお渡します。

※すこやかは全ての健康診断終了後お渡します。

お子様の健やかな成長・学力のため治療のご協力よろしくお願いします。



## 5月の保健行事



2日(火) 16日(火)	ないかけんしん 内科検診	ぜんがくねん 全学年	たいそうふく じゅんぴ ねが ※体操服の準備をお願いします。
22日(月)	にょうけんさいいちじ 尿検査一次 にじ 二次		※19日に配付します。 1校時の始まる前に提出してください。 女の子で生理の日は避けてください。
26日(金)	がんかけんしん 眼科検診	ぜんがくねん 全学年	※メガネを持参してください。
25日(木)	しかけんしん 歯科検診	1・2・3年 なかよし	※朝の歯みがきをしっかりとってきてください。 ※歯科は全児童に検診結果をお渡しします。
16日(木)	しんぞうけんしん 心臓検診	ねんせい 1年生	※体操服の準備をお願いします。

## 保護者の方へ

### ★今月は歯科検診があります★

※「歯・口腔の健康診断結果のお知らせ」を全員に渡します。なお、学校における健康診断は、あくまでスクリーニングであり、診断を確定するものではありません。その点にもご注意のうえ、お早めにかかりつけ医による精密な検査、適切な治療や相談を受けられますようおすすめします。  
※また、治療および相談が終わりましたら「検査・治療結果報告書」を学校へご提出ください。

## 熱中症予防のお茶を持ってきましょう。



子どもたちが学校で楽しんだりがんばる姿は頼もしいなあと思っています。でも、この時期からどんどん暑くなり多くなるのが「熱中症」。体と相談しながら休息もいれてがんばることができるといいですね。  
そして水分補給が重要！！「のどが渇いた」と思う時点で、すでに脱水症状になっています。こまめに飲むようにしてくださいね。

