

5月のほけんだより

令和7年5月
与那原東小学校
保健室



新年度スタートしてからひと月がたちました。今までの緊張から疲れもやすい時期です。

大型連休では気分転換をしたり、ゆったりとリフレッシュできるといいですね。少しずつ生活リズムも整えていきましょう。

与那原東小学校の児童のみなさんが明るく笑顔いっぱい楽しく学校生活が過ごせますように、保健室からも応援します。



「定期健康診断結果の配布について」

内科健診の結果は、内科校医からの保健指導や所見があった児童に対して配布します。

今後、検査機関が行う検査結果についても、受診や詳しい検査の必要がある児童に対して通知します。

総合的な結果につきましては、すべての健康診断が終わり、結果がまとまり次第、全児童へお知らせしたいと考えております。

不明な点がございましたら、保健室へお問い合わせください。

5月の保健行事



5月8日(木) 歯科健診①

3・4・6年・幼稚園

5月9日(金) 内科健診 3・5年生

5月14日(水) 耳鼻咽喉科健診①

2・4・6年・幼稚園

5月15日(木) 歯科健診②

1・2・5年・前回の欠席者

5月21日(水) 耳鼻咽喉科健診②

1・3・5年・前回の欠席者

5月22日(木) 視力検査 全学年

5月29日(木)～30日(金)

尿・ぎょう虫2次検査回収

※尿・ぎょう虫2次検査は対象者のみに連絡し、5月27日に検査容器を配布します。

※尿・ぎょう虫検査は朝9時までに保健室へ出してください。検査機関が保健室から回収した後は対応できませんので、ご了承ください。

※5月は健康診断の予定が多くなっています。体育着等準備忘れがないようにご協力をよろしくお願いいたします。

体が成長する今、大切なこと

食事
骨や筋肉をつくるものになる栄養を、バランスよくとりましょう。



すいみん
成長をうながす物質である「成長ホルモン」は、ねている間に体の中に出ています。



運動
運動をしておなかのすき、夜はぐっすりねむれます。また、運動のしげきは、骨の成長をうながします。



体だけではなく、心も成長します



これまでになかったようないらいらや不安を感じるのは、心が大人に近づいているからかもしれません。これも成長のしるしです。

保護者の皆様へお願い!

- ご家庭で登校前の健康観察をお願いいたします。体調が悪い場合には無理をせず、休養させてください。
- 熱中症予防の観点から、ぜひ水筒と汗ふき用のハンカチやタオルを持たせていただきますようお願いいたします。