

# ほけんだより5月号

東海村立中丸小学校 令和8年5月1日発行

5月23日は運動会ですね！運動会の練習が始まると、疲れがたまりやすくなります。早ね・早起き・朝ごはんを心がけ、元気いっぱいのがおで運動会を迎えられるようにしましょう！

## 5月の保健目標 身の回りを清潔にしよう



つめをみじかく切ろう！つめは白い部分を少しのこし、角が丸くなるように切るといいよ！

毎日お風呂に入って、あせやほこりをしっかりあらい流そう！



手をあらった後に手をふくために、毎日ハンカチを持ち歩こう！



洋服の下には下着を着よう！あせをすっけるよ！



5月から熱中症を予防しよう！



5月は暑い日が増えてきます。のどがかわく前に、こまめに水分をとりましょう。また、外で遊ぶときはぼうしをかぶるようにしましょう。



こんなひとは熱中症に注意！！

かぜぎみのひと



ねぶそくのひと



たいりよくがないひと



## 5月の健康診断

- 5 / 1 (金) 聴力検査 (2・5年生)
- 5 / 11 (月) 内科健診 (1・4年生)
- 5 / 13 (水) 尿検査一次 (全学年)
- 5 / 18 (月) 内科健診 (2・5年生)
- 5 / 19 (火) 内科健診 (3・6年生)
- 5 / 21 (木) 尿検査一次予備日 (未提出者)
- 5 / 29 (金) 心臓病検診二次 (該当者)

尿検査の提出は  
午前9時に締め切ります。

## 健康診断の結果をお渡ししています

健康診断終了後、医療機関の受診が必要なお子さんに対して検査の結果をお渡ししています。(歯科検診の結果のみ全児童に配布しました。)視力や聴力などは早期発見や早期治療によって、治療期間が短くなることもありますので、お知らせを受け取った際は早めの受診をおすすめします。