

ほけんだより 5月

令和 7 年 5 月
大野幼稚園・小学校保健だより
第 2 号

もうすぐ運動会ですね。毎年ゴールデンウィークくらいから暑くなり、運動会も気温が高くなることが予想されます。体が暑さに慣れていないこの時期は、熱中症になりやすいので注意・対策が必要です。早寝早起きをして、朝ごはんをしっかりとって登校するようにしましょう。また、運動会の練習など外の活動も多くなるため、水筒を持ってくるようにしましょう！



けがを防止しよう



- ・13日(火) 聴力検査(幼・1・2・3・5年生)
- ・14日(水) 尿検査(幼・全学年)
内科健診(幼・1・2・3年生)
- ・15日(木) 内科健診(4・5・6年生)
- ・16日(金) 色覚検査(4年生希望者)
- ・21日(水) 眼科健診(幼・全学年)
- ・23日(金) 耳鼻科健診(1・4年生)
- ・27日(火) 尿検査②

★おうちの方へお知らせとお願い★

◎健診結果について

4月に実施した身体測定、視力検査、歯科健診の結果を水色の封筒に入れてお渡ししました。視力検査の結果は、視力B以下だった児童にのみ、健診結果と受診の勧めをお渡ししています。歯科健診は、一番上の「異常なし」以外に○がついた児童のみなさんには、歯科医受診をお願いしています。病院に行く際には、健診結果を持って受診し、受診後は学校へご提出をお願いします。

歯科健診を学校で受けられなかった児童のみなさんは、学校歯科医(ヒロシ歯科クリニック)で健診を受けていただくようにお願いします。

☆水色の封筒は、学校で保管します。5月2日(金)までに学校へご返却ください。

◎生活リズムチェックについて

4月23日(水)から、毎週水曜日の生活リズムチェックが始まりました。メディアの使用時間(2時間以内)、就寝時間(低学年:9時、中学年:9時半、高学年:10時)、朝ごはん、歯みがき、ハンカチ・ちり紙、つめが伸びていないかのチェックを行います。週に1回のチェックになりますが、習慣化できるよう家庭でもチェックをお願いします。

ここに○が付いた方は、
早めの歯科医受診を
願っています。

氏名	性別	学年	歯科健診結果	歯科医受診
山田 太郎	男	1	○	○
田中 花子	女	2	○	○
佐藤 健一	男	3	○	○
鈴木 美咲	女	4	○	○
高橋 大輔	男	5	○	○
伊藤 小百合	女	6	○	○
渡辺 拓海	男	7	○	○
山崎 真由	女	8	○	○
佐々木 光太郎	男	9	○	○
松本 未来	女	10	○	○
小林 健太	男	11	○	○
高木 愛	女	12	○	○

★幼稚園、1・2・3・5年生のみなさんへ

5月13日(火)は聴力検査です

聴力検査の受け方		
①ヘッドフォンを両耳にしっかり当てます。  髪の毛が耳にかからないようにしよう！	②右耳、左耳の順に片方ずつ調べます。「ピー」という音が聞こえたら、応答ボタンを押してください。幼稚園のみなさんは、音が聞こえたら手をあげてください。 小さい音なので、まわりの人は静かにしてね！ 	③音が聞こえている間は、ずっとボタを押し続けます。音が聞こえなくなったら、ボタンから指を離してください。 

◎検査の前日には、耳のそうじをしてきれいにしておきましょう。

★幼稚園、全学年のみなさんへ

5月14日(水)は尿検査の回収日です

①前の日(5/13)の夜、トイレにいったから寝る。

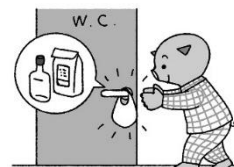
②当日(5/14)の朝一番のおしっこをとる。

* 出始めのおしっこはとらずに捨て、途中のおしっこをカップにとる。

③カップにとったおしっこを容器の腺のところまで入れて、しっかりフタをしめる。

④登校したら、朝のうちに提出してください。

* 生理などで実施できない場合には、二回目(5/27(火))に提出してください。



★内科健診のお知らせ

5月14日(水)は幼稚園と1・2・3年生

5月15日(木)は4・5・6年生です。

内科検診では、皮膚や背中・胸・手足の骨などの状態をみて、心臓や肺の音を聴きます。みんなの体の中の小さな音を聴くので、おしゃべりせず静かに待ちましょう。

(普段から自分の健康をチェックしてみよう！)

✓ 心臓・肺

心臓の音や呼吸の様子に異常はない？



自分で脈拍を測ってみよう。

✓ 栄養状態

痩せ(太り)過ぎていない？ 顔色は？



朝、鏡で自分の顔色を確認してみよう。

✓ 皮膚

皮膚の病気や異常はない？



カサカサしたり、ポツポツはないかな？

✓ 背中・胸・手足

骨が曲がっていたり、具合の悪いところは？



おじぎしたとき、肩の高さは揃っている？

