

ほけんだより5月



令和6年 5月1日
藤小学校保健室
No. 2

保護者及び
児童の皆さんへ
※一緒にお読み
ください

★リーフレット配付のお知らせ★ 「学校と家庭で育む子どもの生活習慣」を活用ください。

鶴ヶ島市教育委員会で作成した「学校と家庭で育む子どもの生活習慣」のリーフレットを配付しました。連休中のレジャーや習い事など様々な活動後に疲れが出やすい時期です。学校での勉強や運動に向かうエネルギーを蓄えて元気に過ごせるように、生活リズムを整えるための手立てとして活用してください。

ゴールデンウィーク

規則正しい生活



5月の予定 健康診断 続きます

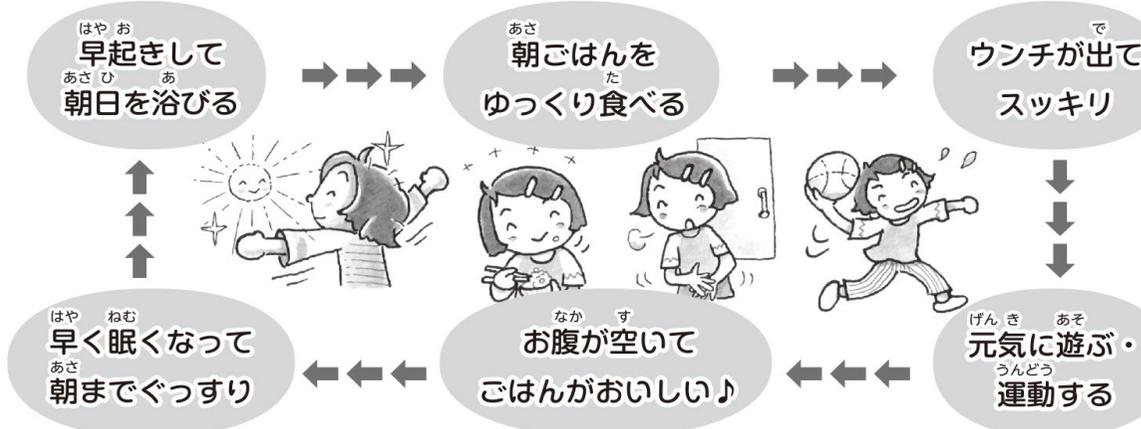
まだまだ

- 心臓検診 2日(木) 10:30 ~ 1年生
- 内科検診 9日(木) 13:30 ~ ふじのこ・1・2・3年生
- 23日(木) 13:30 ~ 4・5・6年生
- 眼科検診 14日(火) 13:30 ~ 全学年
- 耳鼻科検診 22日(水) 9:00 ~ 全学年



★体調をととのえておきましょう。
★健診結果のお知らせをもらったら早めの受診をお願いします。

まずは早起き! いいリズムで毎日元気



“まずは早起き”を意識しましょう。いいリズムが生まれ、元気に過ごせますよ。

こんな日は熱中症にご用心

湿度が高い日
急に暑くなった日
風が弱く、日ざしが強い日

からだはまだ暑さに慣れていないこの時期、急な運動をすると熱中症の危険があります。

★ツメはみじかく
★ハンカチ、ティッシュを
わすれずに



身に付けよう



良い生活リズムを

～学校医の先生方を紹介します～

- 内科 先生 (かなざわクリニック)
- 歯科 先生 (伊田歯科医院)
- 耳鼻科 先生 (よしなみ耳鼻科クリニック)
- 眼科 先生 (坂戸北口眼科)
- 薬剤師 先生 (わかば薬局)

★健診の時には元気にあいさつをしましょう★

