

# 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

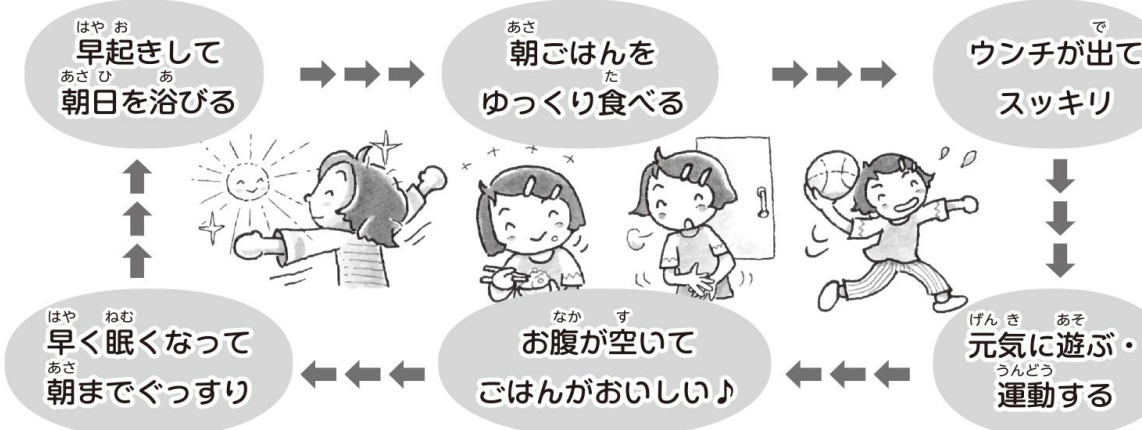
■耳鼻科検診 22日(水) 9:00 ~ 全学年

★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★

