



保健だより

令和3年4月30日
尾張旭市立東栄小学校

しんがつき はじ あたら がくねん げつかん おも
新学期が始まって、新しい学年やクラスになれようと、やく1ヶ月間がんばってきたと思
います。そろそろ緊張がゆるみ、疲れも出てくる時期です。「なんとなくやる気が出ない」
「不安がある」「イライラする」「食よくがない」「すっきり目ざめない」などは「疲れ」の
サインかもしれません。ゆっくりお風呂に入ったり、おいしいものを食べたり、おうちの人や
せんせい きも き きぶん
先生に気持ちを聞いてもらったりして気分をかえていきましょう。

がつ けんこうしんだん つづ 5月も健康診断が続きます

月	火	水	木	金
3	4	5	6	7 しりよく ちょうりよくけんさ 視力・聴力検査 (5年)
10 けんこうしゅうかん 健康週間 (全学年)	11 しりよく ちょうりよくけんさ 視力・聴力検査 (4年)	12 しりよく ちょうりよくけんさ 視力・聴力検査 (2年) ないかけんしん 内科検診 (たんぼぼ、3・4年)	13 しりよく ちょうりよくけんさ 視力・聴力検査 (1年)	14 じびかけんしん 耳鼻科検診 (1年) しんでんずよびび 心電図予備日 けんじょうよびび 検尿予備日
17 しりよく ちょうりよくけんさ 視力・聴力検査 (6年)	18 しりよく ちょうりよくけんさ 視力・聴力検査 (たんぼぼ)	19 ないかけんしん 内科検診 (3・4年)	20 しかけんしん 歯科検診 (たんぼぼ、2・4・6年)	21 しりよく ちょうりよくけんさ 視力・聴力検査 (3年)
24	25	26 がんかけんしん 眼科検診 (全学年)	27	28 じびかけんしん 耳鼻科検診 (1年)



- * めがねを使っている人は、視力検査の時に持ってきてください。
- * 歯科検診の当日の朝は、朝ごはんを食べたあと、必ず歯をみがいてきてください。

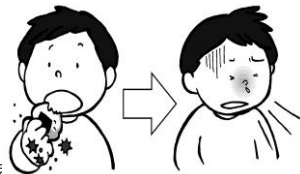
お世話になる学校医の先生方

けんこうしんだんでみていただくお医者さんと、水道水や教室の明るさなどを調べていた
やくざいし がっこう あ ととき
だく薬剤師さんです。学校で会った時には、あいさつをしましょう。

- | | | | | | |
|----------------|-----------------------|---------------------|--------------|-----------------------|----------|
| ないか
《内科》 | いいたゆきおせんせい
飯田幸雄先生 | いいたないか
(飯田内科) | しか
《歯科》 | しばたけいすけせんせい
柴田敬介先生 | (しばた歯科) |
| がんか
《眼科》 | ましまこうさくせんせい
馬嶋紘策先生 | ましまがんか
(馬嶋眼科) | じびか
《耳鼻科》 | こいであけみせんせい
小出明美先生 | (こいで耳鼻科) |
| やくざいし
《薬剤師》 | うすだこうじせんせい
臼田鋼司先生 | とうえいやっきょく
(東栄薬局) | | | |

5月の保健目標 「手洗いの習慣をつけよう」

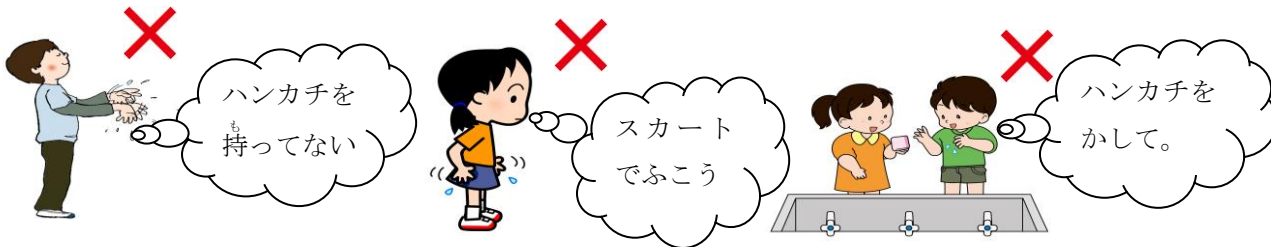
私たちは、手でいろいろなものにふれています。その手で、目や鼻や口をさわることで、ウイルスや細菌が体の中に入りこみ、かぜをひいたり、おなかがいたくなったりして病気にかかります。



「手洗い」は、病気から体を守る、一番かんたんで大切な方法です。

石けんをつかってしっかり手を洗い、ウイルスや細菌を洗い流しましょう。また、外から帰ったとき、トイレから出たとき、そうじのあと、食事やおやつの前など、手を洗っていますか？ ポケットには、いつもハンカチが入っていますか？また、せっかくきれいに洗った手を着ている洋服でふいていませんか？

ハンカチは毎日洗濯したものに取替え、ポケットに入れて持ち歩きましょう。



なれてきたころ 気をつけたいこと

けがに注意



- ◆ ろうかを走っていませんか？
- ◆ まわりをよく見えていますか？

つかれに注意



- ◆ おそくまで起きていませんか？
- ◆ 毎日朝ごはんを食べていますか？

ことばに注意



- ◆ あいさつをしていますか？
- ◆ 友達にキツイ言い方をしていませんか？

保護者の皆様へ

災害共済給付制度について

学校での授業中、部活動中、休み時間中、登下校中などに、お子さんがけがをして、医療機関で治療を受けた場合は、日本スポーツ振興センターに保険診療範囲内での災害給付金を申請することができます。

学校でけがをして医療機関を受診したときは、担任の先生や顧問の先生にお知らせください。

