



老上小学校 保健室
ほけんだより No. 3
2023. 5. 1

新学期が始まり、1カ月がたちました。ゴールデンウィークが過ぎると、運動会に向けた練習も多くなるとお思います。ケガや熱中症に気を付けて、練習に励みましょう。

4月中旬から、胃腸風邪が流行っていました。咳やのどの風邪や高熱を出してお休みをしている人も増えています。感染対策（手洗いうがい）をバッチリして健康に過ごしましょう！



日差しがきつく、暑い日が多くなってきました。しっかり対策をして、熱中症を予防しましょう。



通気性のよい服や下着で調節

帽子で直射日光を避ける

こまめな水分補給

タオルで汗を拭く

疲れたら休む



●ハンカチ、汗ふきタオルを持っていますか？●

今年も、視力検査のときにハンカチを使用しましたが、そのときに多くの人がハンカチを持っていませんでした。昨年までは忘れの人が少なかったです。熱中症予防・風邪などの感染予防のためにもハンカチまたはタオルを必ず持ってくるようにしてください。朝、家を出る時におうちの人からも「ハンカチもった〜？」と声かけをお願いします。

コロナウイルスの対策を
ゆるめても

あらゆる感染症に効果のある
手洗いうがいや清潔なハンカチ
をもってくる
気持ちは緩めないでこー！

ハンカチは毎日
とりかえよう！

健康診断の日程

まだまだ続きます
健康診断



曜日	月	火	水	木	金
日	1	2			
行事		☆耳鼻科検診 (1年) 耳垢をとっておこう			
日	8	9	10	11	12
行事	●1年生 結核問診票回収	☆内科検診(2年)	●4年生 結核問診票回収	☆眼科検診(1年)	☆内科検診(2年)
日	15	16	17	18	19
行事		☆内科検診(1年)	●5年生 結核問診票回収	☆内科検診(4年)	☆内科検診(1年)
日	22	23	24	25	26
行事		☆内科検診(5年)		☆歯科検診(1・2年) 朝の歯みがき忘れずに	
日	29	30	31	6/1	2
行事			☆歯科検診(5・6年) 朝の歯みがき忘れずに	検尿 2次検査	

* 学校医さんの検診が多くなります。持ち物に注意して、忘れ物なく検診を受けてください。

健診結果のお知らせ

1学期はたくさんの検査があります。各検査で、必要な場合に受診のお勧めをいたしますが、すぐに「異常がある」というわけではありません。ご家庭での健康管理や受診の参考にしていただき、病院受診された場合には、学校へすみやかに受診結果を提出してください。また、すでに受診されている場合は、保護者の方の記入でもかまいませんので、受診済みであることを記入して提出をしてください。

なお、保健用連絡袋は、中身をご確認の上、お返しいただきますようお願いいたします。



わかること。わからないこと。

わかる

- 体に病気や異常はないか
- バランスよく成長できているか

わからない

- 病名
- 治療法
- 病気や異常の原因
- 視力や聴力などの正確な数値

健康診断の結果は必ず確認しましょう

「受診のおすすめ」をもらった人や、気になるところがある人は、早めに病院へ