

≡ ほけんだより ≡ 5月



富岡市立黒岩小学校 保健室
令和4年4月28日 発行

しんねんど
新年度がスタートして、およそ1ヶ月が経ちました。だんだん新しい学年にもなれてきて、バタバタとした感じが少し落ち着いてきたところではないでしょうか。明日からは、ゴールデンウィークに入ります。この休みで4月の疲れをとり、5月元気に過ごせるようにゆっくり休んでください。

ゴールデンウィークも



規則正しい生活リズムで



健康診断、まだまだ続きます



自分のからだ健康であるか調べています。からだのことで何か知りたいことがあったら、保健室にいつでも来て下さいね！治療のお知らせが届いたら、おうちの人に見せて、お医者さんにみてもらってください。

5月の健康診断

けんしんこうもく 健診項目	じっしび 実施日	たいしょうがくねん 対象学年	じゅんび 準備	ちゅういん 注意点
がんかけんしん 眼科検診	11日 (水)	ねんせい 4年生		あさわす 朝忘れずに顔を洗ってください。
にょうけんさ 尿検査②	12日 (木)	たいしょうしゅ 対象者	にょうはい 尿が入った容器	<ul style="list-style-type: none"> 2次検査対象者には、検査容器を前日の11日(水)にお配りします。 1回目未提出者は、前回の配付した容器を使用してください。
しかけんしん 歯科検診	12日 (木)	ぜんがくねん 全学年		あさ 朝、必ずはみがきをしてきてください。
ないかけんしん 内科検診	16日 (月)	ぜんがくねん 全学年		からだを清潔にできてください。
じびかけんしん 耳鼻科検診	20日 (木)	ねんせい 4年生		<ul style="list-style-type: none"> 耳のそうじをしてきてください。 耳に髪の毛がかかる子は、結ぶなどして耳にかからないようにしてきてください。



かんせんせい い ちようえん りゆうこう 感染性胃腸炎が流行しています！

とみおかしな い かんせんせい い ちようえん (ノロウイルス、ロタウイルスなど) が流行しています。まいにち
が、せう つか て あら おこな
富岡市内で感染性胃腸炎（ノロウイルス、ロタウイルスなど）が流行しています。毎日していると思いま
すが、石けんを使った手洗いをこまめに行いましょう。

もう 1 度おさらい！正しい手洗い方法



1
りょうて
両手のひらをあわせて
よくこする



2
て ほんたい て
手のこうを反対の手で
のばすようにこする



3
ゆび あいだ りょうて く
指の間を両手を組み
合わせるようにあらう



4
おやゆび いっぽう て
親指はもう一方の手で
ねじるようにあらう



5
ゆびさき あいだ
指先とつめの間を
ていねいにこする



6
てくび いっぽう て
手首ももう一方の手で
ねじるようにあらう

きゆう あつ 急な暑さに **ご用心** かん だん さ おお 寒暖の差が大きい この時季の備え



ぬ き
脱ぎ着のしやすい服で
たいかんおん ど ちようせつ
体感温度を調節しよう



あせ せいけつ
汗をかいたら清潔な
タオルやハンカチでふこう



きおん たが
気温が高いときは
こまめに水分補給をしよう



がいしゆつ ぼうし
外出のときは帽子をかぶり
しがいせん さ
紫外線を避けよう

保護者の方へ

感染対策へのご協力ありがとうございます。今後も引き継ぎ宜しくお願い致します。

今後も各学年、健康診断が続きます。異常がある場合、治療が必要な場合は、お知らせをお渡しします。受診が済みましたら、結果を学校へご提出ください。