



ほけんだより 5月

2021.5.10
川口小学校
保健室 No.5

5日間のゴールデンウィークが終わりました。お家の人とゆっくり過ごすことのできたゴールデンウィークだったのではないのでしょうか？休み明けは、生活リズムを戻すのに時間がかかります。まずは、自分でできることから意識して、生活リズムを戻してほしいと思います。運動会の練習も始まります。体調管理もしながら、頑張っていきましょう。

ゴールデンウィーク明けは... 心身の疲れが出やすい時期です



5月の保健行事のお知らせ

5/13(木) 内科検診 14:00~

5/19(水) 尿検査ひろい (未提出者のみ)

プールの事前調査表について

6月に入るとプールが始まります。そこで、事前調査表を配布しますので、記入をお願いしたいと思います。何か体のことなどで、心配なことは記入していただけたらと思います。よろしくをお願いします。

×切 5月17日(月)

5月13日(木)は、内科検診があります。

内科検診では、からだの健康であるかを調べます。結核検診もかねています。

※たいそうぶくでします。わすれずにもってきましょう！

のどの状態

へんとうせんの様子を診ます。

皮膚

皮膚の病気がないかどうか診ます。

栄養

栄養はちゃんと取れているか貧血でないか診ます。

心臓や肺

心臓の音や息をするときの肺の音を聴いて病気がないか調べます。

背骨やろっ骨の形

背骨が曲がっていないか、ろっ骨の形を診ます。

また、腕や脚の関節の動きなども診ます。

～内科検診を受けるときの約束～

- 名前をはっきり言う**
校医の先生に聞こえるように言いましょう。
- あいさつをする**
「おねがいします」「ありがとうございました」
気持ちよく、あいさつしましょう。
- しずかにする**
聴診器を使って心臓や肺の音を聴きます。
小さな音を聴くので、しずかにしましょう。