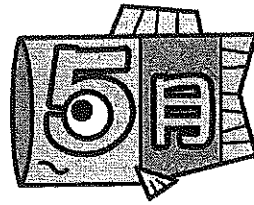


ほげんたより



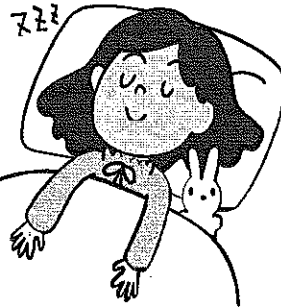
平成30年 5月号
立川市立新生小学校
保健室

あたら かくねん やくいっ げつ すこ あたら かんきよう な こんげつ
新しい学年になって約一か月です。少しずつ新しい環境には慣れましたか？今月はみ
たの うんどうかい うんどうかい のう そだ う とき
んなが楽しみにしている運動会です。運動会は脳を育てるチャンス、生まれた時は350グ
ラムだったみんなの脳は、毎日からだを動かし、考え、感じることでぐんぐん育ちます。
のう まいにち うご かんが かん かんが かん
これから練習で疲れもでてくると思いますが、規則正しい生活を心がけて、体と心、そ
れんしゆつ つか きそくただ せいかつ ころろ からだ ころろ
して脳を育てていきましょう。

こんげつ うんどうかい
* 今月は運動会があります *



★すいみんをしっかりとうろう★



ねむ
眠ることは、
けんこう だいいっほ
健康への第一歩
です。
じかん ねむ
8時間は眠れ
るといいです
ね。

★ごはんをしっかり食べよう★

げんき からだ
元気な体は、
た 食べることから
つくられます。
あさ ひる よる
朝・昼・夜をきち
んと食べましょ
う。

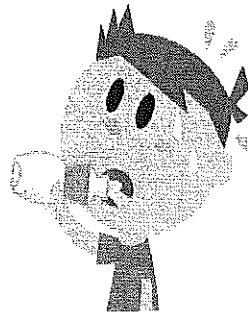


★ぼうしをかぶろう★



ひざ
日差しをよけ、たいおんちようせつ
体温調節をするため
に、ぼうし たいせつ
帽子は、とても大切です。

★たくさん、水をのもう★



あせ からだ
汗をかくと、体
すいぶん
の水分がなくなり、
ちょうし わる
調子が悪くなりま
す。のどがかわいた
ら、すぐに水を飲み
ましょう。

保護者の方は裏面もお読みください。→→→

□■□保護者の方へ□■□

この時期、新生小学校の児童は、運動会に向けて一生懸命練習している姿が見られ、子どもたちのたくましさを感じられます。健康診断も、6月まで続く予定ですが、学校医が行う健康診断は、歯科検診以外、病院受診を勧められた児童にのみ、「結果のお知らせ」を渡しています。結果のお知らせをもらわなかったご家庭は、「異常なし」とご判断ください。また、学校の健康診断は病気の疑いがある児童にお知らせをしています。病院では「心配なし」と診断されることもあります。しかし、定期受診の目安として、受診が必要と診断された場合は必ず受診をしていただき、結果のお知らせを学校にご提出ください。全ての結果が書かれた「健康のきろく」は、6月下旬に、健康診断が終わった後、全児童に配布いたします。

■□■保健室からのお願いです■□■

～保健室でできること～

- 体調をくずした時、一時的に休養をすること。
- ケガの応急手当て。
- 発熱時や休養しても回復しない時、受診が必要と思われる場合は、ご家庭に連絡し、必要に応じてお迎えをお願いします。

～基本的に保健室ではできないこと～

- × 病気やケガの断続的な治療
- 治療は、ご家庭の判断で受診をお願いします。
- × 市販の内服薬を与えること。
- 医師から日中の服薬を指示されている場合は、ご相談ください。

～ご家庭でお願いしたいこと～

- ☆ お家でのケガの手当て。
- ☆ 朝から具合が悪い時は、お家で様子を見てください。
- ☆ 学校からは、「児童理解のための資料・家庭連絡票」に記載されている番号にお電話をします。連絡先が変わった、連絡順序を変えた等変更点がある場合は必ず学校にご連絡ください。

ご理解をお願いいたします。