

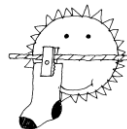
ほけんだより



おうちの人といっしょに読みましょう。

平成30年 6月 4日
高崎市立鼻高小学校 保健室

ひごろ たいちょうかんり 日頃から体調管理を...



せんげつまつ はださむ なつ あつ きおんさ はげ ひ つつ
先月末から肌寒かったり、夏のように暑かったりと、気温差が激しい日が続いています。
よる はや ね あさ た どうこう
夜は早く寝て、朝ごはんをしっかりと食べて登校しましょう。

せいかつ くす ねっちゅうしょう じぶん せいかつ
生活リズムが崩れると、熱中症 になってしまうこともあります。自分の生活リズムを
みなお きそくただ せいかつ ころ
見直しつつ、規則正しい生活を心がけましょう。



ほけんぎょうじ 6月の保健行事について

ほけんぎょうじこうもく 保健行事項目	じっしび 実施日	だいしょうがくねん 対象学年	じゅんび ちゅういてん 準備すること・注意点
ないかけんしん 内科検診	7日(木) 13:30~	ぜんじどう 全児童	はん そで たん ねんせい りんかんがっこう 半そで、短パン。5年生は林間学校の じぜんけんしん か 事前検診も兼ねています。
しんぞうけんしん 心臓検診	7日(木) 9:00~	ねんせい 1年生	てくび あしくび なか だ 手首・足首・お腹の出しやす い格好をしてきてください。 
 しこう 歯垢テスト	6日(水) 5校時	ねんせい 5年生	は そだ は けんこう 歯の染め出しと、歯の健康づくりにつ いて勉強 します。
	22日(金) 5校時	ねんせい 3年生	<持ち物> は 歯ブラシ・コップ・タオル又はハンカ チ・赤鉛筆 あかえんぴつ
	27日(水) 5校時	ねんせい 6年生	ねんせい くみ し かえいせいし ※1年生・4組は、歯科衛生士さんに よる歯科巡回指導がありましたので しこう おこな 歯垢テストは行いません。
きゅうきゅうそせいこうしゅうかい 救急蘇生講習会	25日(月)	PTA・職員・ 希望保護者	ねんせい にってい か ほんじつおこな ※2年生は、日程が変わり、本日行い ました。4年生は7月に行います。 ねんせい がつ おこな

保護者のみなさまへ

医療機関の受診はお済ですか!?

すでに治療を済ませて、学校に報告書を提出してくれたお子さんもいます。眼科・歯科・耳鼻科の〔治療のお勧め〕がお手元にある場合は早めの受診をお願い致します。

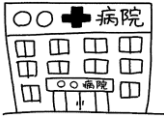


もうすぐプールが始まります！！



☆爪きり・耳そうじをしましょう

手の爪は、手のひらのほうからチェックして、爪が出て見えたら切るタイミングの目安です。友だちも自分も、のびた爪で傷つけないようにしましょう。
足の爪も忘れずに切りましょう。また、時々耳そうじをして、耳あかがたまっていないかチェックしましょう。



☆治療勧告をもらった人は病院へ行きましょう

かかりつけのお医者さんに診てもらおうと安心ですね。とくに、耳鼻科・眼科（視力以外）の治療勧告をもらった人は早めに病院に行って、治療を済ませましょう。
おやすみなさい



☆体調を整えましょう

プールの前日は早く寝て、プールの当日は朝ごはんを必ず食べましょう。また、当日の朝は、おうちの人と健康をチェックしましょう。

☆すり傷やきり傷がある人は、プールに入れないので注意しましょう。

すり傷やきり傷がある人は、衛生面のことを考えてプールには入れません。けがが治ったらプールに入るようにしましょう。また、絆創膏をしていると、絆創膏がはがれた際に、排水溝の故障の原因になってしまいます。



よい歯のコンクールに行ってきました！！

5月31日（木）に高崎総合保健センターで「高崎市よい歯のコンクール」が開催され、6年生の牧山 大翔さんが鼻高小の代表として参加しました！



性教育を実施しました！

林間学校前に、5年生を対象に性教育の話をしました。男子児童には担任から、女子児童には養護教諭から、それぞれ「大人の体に近づくこと」の話をしました。女子児童のお子様がいる保護者の方は、林間学校前に一度、ご家庭でも月経についての話をしていたかと、より理解が深まると思います。よろしくお願いたします。