

ほけんだより5月

令和5年5月9日
さんだしりつ だいしようがっこう
三田市立けやき台小学校
ほけんしつ

さわやかな風が吹く、気持ちのよい季節になりました。これから汗をかく日が多くなります。毎日きれいなハンカチ・タオルは持っていますか？水分補給はできていますか？身の回りの清潔について、考えてみましょう。生活リズムを整えるように、生活習慣で気になるポイントを見てみましょう。

きれいなハンカチ・タオルを持ち歩こう

手を洗ったり、汗をふいたり、けがをして傷口をおさえるときなど、ハンカチやタオルは毎日いろいろなところで必要になります。いつもきれいなハンカチやタオルをポケットに入れて、持ち歩くようにしましょう。



ポケットバッグ

洋服にポケットがついていないときには、ポケットバッグなどを使うといつでも持ち歩くことができるよ！



身の回りの清潔を考えよう！

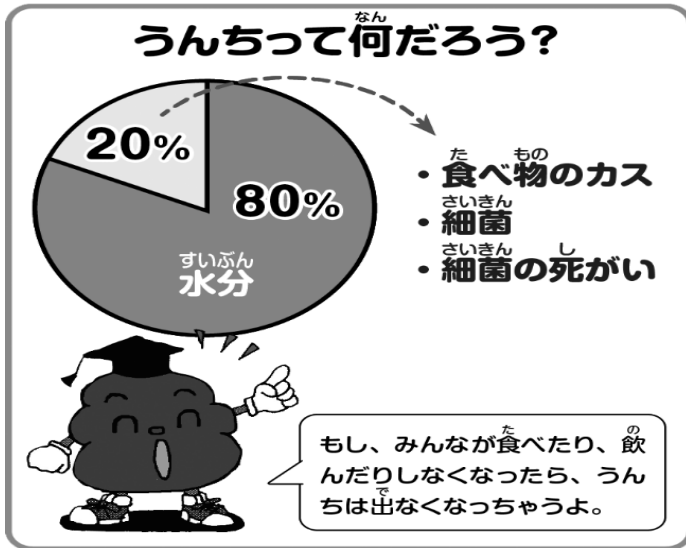


身の回りを清潔にすることで自分の健康を守ることになります。毎日の生活の中でとても大事にしてほしいことです。みなさんも楽しい学校生活を送るために気を付けてみてください。



うんちで健康CHECK!

みなさん、うんちが出ていますか？うんちはその『におい・色・形』でみんなの健康状態を教えてください、体からの大事なお便りです。流す前にチェックしてみてくださいね。



どんなうんちがいいのかな？

- 量** 1日1~2回
- 形** バナナの形
- 色** 茶色っぽい色
- におい** そんなにくさくない
- 重さ** ゆっくり水にしずむ
- でかた出方** おしりをふいても紙にほとんどつかない!

毎朝トイレに行こうね

5月の保健行事

日	時	内容	対象者
5月10日	(水)	尿検査 (フォロー、二次検査)	わすれた人、二次対象者
5月11日	(木)	内科健診	2年生、3年生
5月18日	(木)	内科健診 尿検査 (フォロー、二次検査)	5年生 わすれた人、二次検査対象者 (わすれた人)
5月19日	(金)	内科健診	4年生

保護者様

いつもお子様の健康観察にご協力いただきありがとうございます。今月から健康観察カードは配布しませんが、朝の健康観察を続けていただきますようお願いいたします。

当日の登校を見合わず場合には、ミマモルメでの連絡や電話連絡をお願いします。登校後、体調不良等で連絡をする時もあります。保健調査票に記載の緊急連絡先にお電話しますので、つながるようにお願いします。緊急連絡先の変更があればご連絡ください。