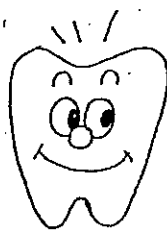


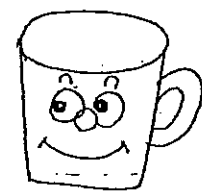
ほけんだより 5月

厚木市立緑ヶ丘小学校
保健室
平成30年5月10日発行

学校がはじまり、約1ヵ月がたちました。保健室にもケガをして来る子が
多くいます。4月から保健室にいてみんなのいいところを発見しました。
「先生ー!! 2年生が転んで泣いていたから、連れてきたよ」「校庭で遊んで
いて、ボクとぶつかってケガをさせてしまった...」など、
ケガをした人やケガをさせてしまった時に、一緒に保健室
まで連れて来てくれるところです。特に高学年のお兄さん、
お姉さんたちです。たのもしなお兄さん、お姉さん、
いつもありがとう♡

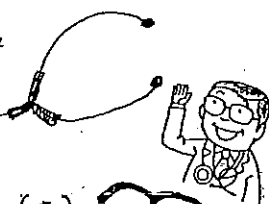


おうちの方へ 歯の無料相談 開催のお知らせ



日時：平成30年6月3日(日) AM10:00~13:30
会場：厚木市保健福祉センター 3階
対象：一般（自由に参加できます）
内容：厚木市歯科医師会会員による歯の健康診査および相談
を無料で行います。

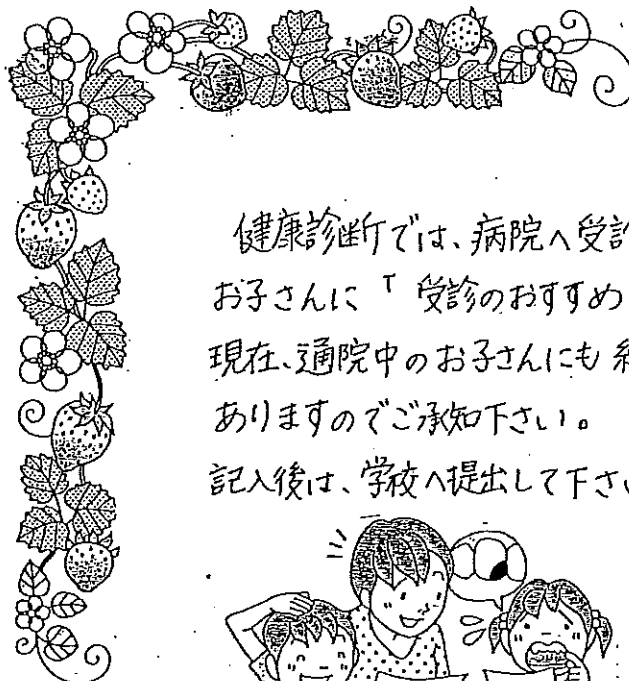
健康診断 まだまだ続きます



5/23(水)
内科検診
4年生・5年3組
全クラス

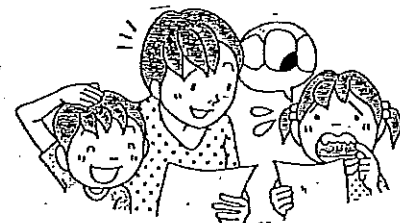
5/24(木)
内科検診
1年生・2年1組
全クラス 2年2組

5/31(木)
内科検診
3年生・2年3組
全クラス



健康診断の結果について

健康診断では、病院へ受診した方がよいと思われる
お子さんに「受診のおすすめ」を配布しています。
現在、通院中のお子さんにも結果の報告として届くことが
ありますのでご承知下さい。
記入後は、学校へ提出して下さい。



6/7(木)
耳鼻科検診
2年生・5年生
全クラス 全クラス

6/20(水)
歯科検診
2・4・6年生全クラス

6/21(木)
歯科検診
1・3・5年生全クラス

6/22(金)
眼科検診
1~6年生全クラス

5/31(木)・6/15(金)
心臓検診 2次
対象児童のみです。

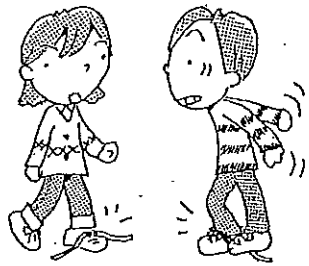


体重や身長等、忘れずに

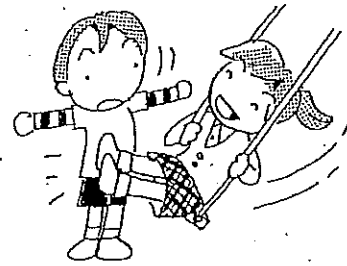
体重や身長等は、夏休み前に
健康手帳を一度返却しますので
お子様と一緒に、ご確認下さい。

ケガを防ぐために

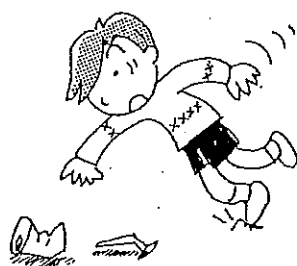
周りを見わたしてみて、危険な状況はないか見てみよう！



転ぶ危険が！ くつひもは
しっかり結びましょう



ぶつかるかも…
安全な距離をとりましょう



転ぶと危険！
空き缶などはひろっておこう

じぶんでできるケガの手当てを覚えよう

すり傷



水であらってよごれをと
りましょう

切り傷



きれいなハンカチかガーゼを
当て、血が止まるまでまとう

打ち身・ねんざ



すぐに水か氷で冷やそう。
動かさないように

大きなケガのときは、すぐに先生に伝えるか、保健室に！

チェック！

清潔しらべをしよう！



ハンカチ・ちり紙を持っている



食事のあと、歯みがきをしている



ツメを短く切っている

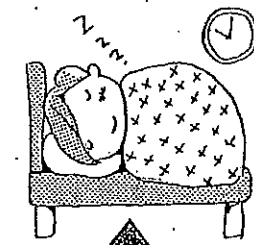


毎日お風呂に入っている

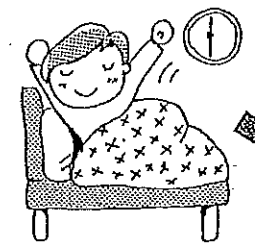
「早寝・早起き・しっかり朝ご飯」を心がけよう！

まずは早寝から。早寝ができると、規則正しい生活ができる！

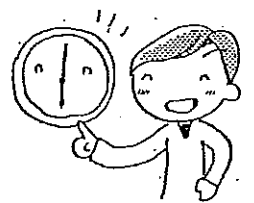
早く寝られる



早起きができる



朝、時間ができる



昼間、元気に遊べる



しっかり朝ご飯が食べられる



朝ご飯を食べずに学校に来ると、脳のエネルギーが足り
なくなって、イライラしたり、集中力がなくなったりしが
ちです。朝ご飯を食べる子ほどテストや運動の成績がよい
というデータもあります。(平成19年度 全国学力・学習状況調査:文部科学省)

おうちの方へ

新しい学年にも慣れてきて、
今まで緊張していた分の疲れが
出て、体調をくずしやすいときです。
早目に寝かせて下さい。

