



ほけんだより



令和6年5月7日(火)
大良小学校 保健室
文責 加茂

5月6日は「立夏」、暦の上では夏の始まりです。さわやかな風が吹くこの時期は、運動をするととても気持ちが良いですね。しかし、体はまだ暑さに慣れていないため、急に激しい運動をすると、**熱中症の危険**があります。運動をするときはこまめに水分補給し、疲れたら無理せずに休むようにしましょう。

また、新しい学年がスタートして1カ月が経ちます。連休が明けると、心も体もぐったりしてしまう人がいます。がんばりすぎず、ゆっくりする時間を取って一息ついてみましょう。

*熱中症に気をつけよう

こんな日は特にご用心!

急に暑くなった日

湿度が高い日

風が弱く
日差しが強い日



感染予防で日ごろからマスクをしている人もいます。マスクをしている人は熱中症になりやすいので、気を付けましょう。マスクを外して体を冷やすことを忘れないで!

*熱中症にならないために!

- ◎水分を多めに準備する (例: すいとうを2、3本)
- ◎外に出るときは帽子をかぶる (日差しが強い日は特に!)
- ◎汗をかいたら、タオルでふき取る
- ◎体調が悪い時は、無理をしない



保冷剤をもってきて体を冷やすのも Good ですよ♪

*フッ化物洗口についてお知らせ

5月1日の育友会総会の時に本校校長から話がありました通り、6月中旬より朝の時間にフッ化物洗口を行います。詳しい日にちについては、6月に入ってから改めてお知らせします。つきましては、本日配布しております唐津市教育委員会からのプリント「フッ化物洗口(むし歯予防ブクブクうがい)を実施しています」と「フッ化物洗口(うがい)の申し込みについて」をご覧ください。また、「フッ化物洗口(うがい)の申し込みについて」は、**提出期限5月10日(金)まで**に学校に提出をお願いします。



ご不明な点などありましたら、養護教諭までお知らせください。



*5月の健康診断のお知らせ

5月8日(水) 13:30~	5月8日(水)	5月13日(月) 10:10~	5月24日(金)	5月27日(月) 13:30~
内科検診 【全学年】	尿検査 【予備日】	耳鼻科健診 【全学年】	尿検査 【二次検査対象者】	眼科検診 【全学年】
★ <u>体操服に着替えて受けます。体操服を忘れずに。</u>	★検尿を忘れた人が対象です。	★耳に髪がかかる人は結んでおきましょう。	★一次検査で異常があった人が対象です。	★コンタクトや眼鏡は外します。

歯科検診結果について



先日、4月16日に実施した歯科検診の結果を通知をしました。「むし歯がある」または「むし歯になりかけの歯がある」とチェックがあったお子様は、**速やかに医療機関での治療**をお願いします。また、**治療後は、受診勧告書を学校に提出をお願いします。**



学年	むし歯があった人	むし歯になりかけの歯があった人
1・2年生	4	5
3・4年生	4	7
5・6年生	2	3
合計(人)	10(34.5%)	15(51.7%)

視力検査結果について

視力結果についても先日配布しました。
裸眼視力の結果を下記にまとめています。

A	22人
B	4人
C	3人
D	0人

※両目で検査結果が違ふ場合は、視力が低い方で数えています。



「視力がB以下の人」や「見え方等に違和感がある人」は必ず受診をお願いします。速やかに受診していただき、受診勧告書の提出をお願いします。定期受診されているお子様は、定期受診の際に受診勧告書を医師へ提出し、記入していただいた後、提出をお願いします。

スクールカウンセラー来校日のお知らせ

今年度のSC(スクールカウンセラー)の来校日が決まりましたのでお知らせします。

また、今年度は昨年度の瀬戸佳子先生に代わり、^{かじわらあゆみ}**梶原亜弓先生**となりました。小さなことでも構いません、お子様のこと、御家庭のこと、「ちょっと話してみようかな。」とお気軽にお声掛けください♪

また、普段お子様が学校のことで不安に思っていること等あるようでしたら、「一人で悩まず、誰でも良いので話しやすい先生に相談してごらん」などと声をかけてあげてください。そして学校の先生以外にも、SCと話をすることができるとも是非、教えてあげてください♪



*面談希望される方は、担任または教育相談担当(加茂)に
お知らせください。また後日、「SC 面談希望票」を配布する予定です。

月 日	曜日	時間
6月24日	月曜日	(午前) 8:30~ 12:30
7月8日		
9月9日		
10月28日		
12月16日		
1月27日		
2月17日		

端午の節句(子どもの日)の豆知識

5月5日は「子どもの日」です。昔は、端午の節句とも呼ばれ、柏餅やちまきを食ったり、しょうぶ湯に入ったり、こいのぼりを掲げたりして、お祝いしてきました。柏餅を食べるのは、柏は新芽が育つまでは古い葉が落ちないことから、「子孫繁栄」につながる縁起のいい植物だから。しょうぶ湯は、しょうぶを薬草として使ってきた古代中国の習慣が日本に伝わったのが由来です。

子どもには、元気にすくすく成長してほしい。いつの時代も、そんな家族の願いを込めて受け継がれてきたお祝いの日なのです。



加茂先生のおうちでは
5月5日は4月で1歳
になった次男のお祝い
をしましたよ♪♪