

## 5月行事予定

1	月	歯科検診5年	16	火	
2	火	全校朝会 委員会活動 歯科検診4年 SSW午前	17	水	
3	水	憲法記念日	18	木	SSW午後
4	木	みどりの日	19	金	安全点検 緊急放送 運動会準備(午後)
5	金	こどもの日	20	土	
6	土		21	日	運動会 ※雨天時順延
7	日		22	月	運動会代休
8	月	交通指導 眼科検診1回目	23	火	
9	火	運動会練習開始	24	水	内科検診2年
10	水		25	木	耳鼻科検診
11	木	SC午後	26	金	眼科検診2回目
12	金	検尿2回目	27	土	
13	土		28	日	
14	日		29	月	
15	月		30	火	歯科検診3年
			31	水	内科検診1年

## 6月行事予定

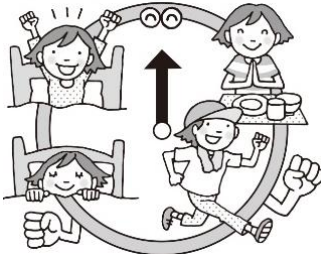
1	木	プール掃除			
12	月	プール開き(予定)			
30	金	授業参観			

全校児童 330名

# 保健だより

文責 塚本亜莉紗

## 連休中も規則正しい生活を心がけましょう！



新年度が始まって、1ヶ月が経ちました。新しい環境には慣れましたか？この時期は、今まで緊張していた分の疲れが出やすい時期です。疲れを感じたら早めに休養をしたり、気分転換をしたりしながら過ごしましょう。

連休があけるとすぐに運動会の練習が始まります。暑い中での練習になると思われます。熱中症にならないように、連休中も、「早寝・早起き・朝ごはん」の生活リズムを崩さないようにし、昼間は体を動かすなどして体力をつけ、熱中症にならないように暑さに慣れておくことも大切です。

## 熱中症予防3点セットを持ってきてください。

たっぷりのお茶

「のどがかわいた」と思う前に、こまめに水分をとりましょう。



めれたおしぼり  
(保冷バッグに入れる)

**タオル**

汗を拭いたり、首元を冷やしたりすると、体全体を冷やすことができます。



登下校や外で活動する時に着用するぼうし

徐々に日差しがきつくなってきます。外で遊ぶ時は、ぼうしを忘れずに！



暑くなって汗をかきます。

からだを清潔に保ちましょう。

体を清潔に保つことは  
病気やケガの予防につながります



下着を着る



ポケットにハンカチとティッシュ



爪を切る



毎日お風呂に入る



# 保健体育部から

文責 松尾 眞一



## 熱中症にご注意を！

これから暑い季節に入ります。この時期に、体育の授業や外遊びで気になるのが熱中症。学校では、外遊びの際に必ず帽子を着用するようにしましょう。

また、外に遊びに出ている子どもたちを見てみると、たくさんの汗をかいています。教室に戻った際には、汗を拭いたり、水分を補給したりするよう声掛けをしているところです。気温や体調に合わせて、タオルや水筒の準備をしてくださるようお願いいたします。

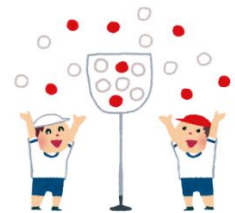
## 5月19日(日)は武雄小学校運動会です！！

5月19日は待ちに待った運動会。5月7日に結団式を行い、本格的に運動会の練習が始まります。運動会の練習期間中は、熱中症対策のために必ず毎日水筒を持たせて下さい。今年度は、前年度と同様、春の運動会です。春開催といえど、練習期間中はかなり暑くなり、ハードな活動となるでしょう。お子様の体調管理には十分に配慮いただきますようよろしくお願いいたします。

※運動会の練習期間中はほぼ毎日のように体操服を使用します。体操服（上）の代用としてTシャツ（できれば白）を着ての参加も可としています。競技の詳細につきましては、今後各学年からお知らせがあります。

### <武雄小学校 運動会日程（予定）>

- 8：10…児童整列完了
- 8：15…開会式
- 8：30…競技開始
- 11：30…閉会式終了（その後片付け）  
（児童下校完了予定時刻 12：00）



※競技は、徒競走・6年親子によるレク走・団体演技・全校児童による応援合戦・色別対抗リレーです。

※プログラム等については、後日お知らせします。

※保護者の方の応援の人数については、特に制限を設けておりません。

※今後の国内・県内の感染症等の状況によっては予定が変更になる可能性もあります。変更があった場合には、速やかに学校メール等でお知らせします。