

# けんこうしんだん 健康診断！まだまだつづきます！

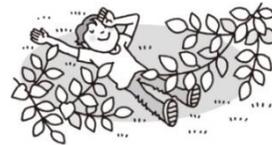
# ほけんだより

がつごう  
5月号

## すこ 少しずつ つかれていませんか？

じゅうしやませいふしょうがっこうほけんしつ  
十四山西部小学校保健室 H30.04.27.

あたらしいかんきょうになって1か月がたちましたが、みなさん、そろそろなれてきましたか？  
がんばりすぎて、すこすこつかれてしまった人はいませんか？  
ゴールデンウィークを利用してゆっくり休んでくださいね。  
5月は運動会もありますね。運動会の練習で忙しくなりますが  
じょうずにこころとからだをリフレッシュして、  
5月も元気に過ごしていきましょう。



## こんげつ ほけんぎょうじ <今月の保健行事>



- |          |                          |                            |
|----------|--------------------------|----------------------------|
| 5/1 (火)  | はついくそくてい<br>発育測定         | 3・5・6年                     |
| 5/2 (水)  | はついくそくてい<br>発育測定         | 1・2・4年                     |
| 5/10 (木) | しかけんしん<br>歯科検診           | ぜんがくねん<br>全学年              |
| 5/22 (火) | にょうけんさにしかいしゅう<br>尿検査二次回収 | がいとうじどう<br>該当児童            |
| 5/23 (水) | じびかけんしん<br>耳鼻科検診         | ちゅうしゅつじどう<br>抽出児童          |
| 5/28 (月) | がんかけんしん<br>眼科検診          | ねん<br>1年、ちゅうしゅつじどう<br>抽出児童 |

## けんこうしんだんけっかい 健康診断結果を生かしましょう！

### しかけんしんけっかい 歯科検診の結果は？



- むし歯になりそうな歯がある。
- 歯肉に軽いはれや出血がある。
- むし歯がある。• 歯肉炎がある。

すぐに治療を  
はじめよう。

ていねいに歯をみがきましょう。

### しりょくけんさけっかい 視力検査の結果は？



- B (0.9~0.7)
- C (0.6~0.3)
- D (0.2以下)

• 念のため、眼科を受診しましょう。

• 早めに眼科を受診しましょう。

• 専門医の指示にしたがって、メガネを使いましょう。

## もうすぐ運動会！！ 体調管理に気を付けましょう。



しっかり準備運動をしよう



タオルで汗をふこう



つめを切っておこう



ぼうしをかぶろう

こんげつ ほけんもくひょう  
今月の保健目標はからだや衣服をきれいにしよう

うんどうかい れんしゅう あと あせ  
運動会の練習の後は、汗をしっかりふいて、

からだ せいけつ  
体を清潔にしましょう。