

5月ほけんだより

NO.3
令和7年5月
法典西小学校ほけんしつ

☆^{ひと}うちの^{ひと}人といっしょに^よ読みま^{しょう}☆



がっ 5月のほけん行事

月	火	水	木	金
			1	2
				尿検査2回目
5	6	7	8	9
こどもの日	振替休日			
12	13	14	15	16
			歯科検診 1年2年・7組 小野塚先生	内科検診 3年6年2クラス 野村先生
19	20	21	22	23
			歯科検診 5年6年 長野先生	内科検診 5年6年2クラス 野村先生
26	27	28	29	30

けがに^き気をつけよう！
けんこう
健康なからだをつくろう！



5月はだんだんと気温が上がる日が増えてくる季節です。
体が暑さに慣れていないこの時期から熱中症に注意が必要です！
こまめな水分補給を心がけましょう！



新しい学年になって1か月がたちます。クラスの先生や友達にも慣れてきたころでしょうか。緊張した気持ちが減ってきたこの時期は、今までの疲れがでてきたり、不注意からのけがが多くなったりする時期でもあります。連休明けで生活リズムが崩れてしまっている人はいませんか？

『^{はや}早ね・^{はや}早おき・^{あさ}朝ごはん』を合言葉に、生活リズムを整えましょう！

健康診断 ^{まだまだ}続きます



早ね・早起き・朝ごはん健康にや！

4月は発育測定や聴力検査、視力検査を行った学年もあります。
5月も検査や検診がたくさんあります。今月の保健目標は、「けがに気をつけよう！」「健康なからだをつくろう！」です。けがをしないように気をつけて、元気いっぱい健康に過ごせるようにしましょう。

～保護者の皆様へ～

★4月に引き続き5月も検診や検査がたくさん行われます。それに伴って、調査表などの提出物をお願いすることが多くなります。検診や検査をしっかりと行うためにも、提出期限を守っていただけますようお願いいたします。また、記入漏れがないか再度確認していただけるとありがたいです。

★発育測定・聴力検査をはじめ学年によって異なりますが、すでにいくつかの検診や検査を終了しました。治療や検査が必要なお子さんには、「検査や治療のすすめ」を配付します。お手紙でお知らせがあったお子さんは、早めの受診・検査をおすすめします。また、受診・検査が済みましたら、学校に報告書（保護者の方が、医師の診断を転記したもので可）の提出をお願いいたします。

※視力検査と歯科検診の結果につきましては、終わり次第全員に

「結果のお知らせ」を配付します。異常や問題がなかった場合は、報告書の提出は不要です。また、すべての検診や検査が終了次第、結果を「けんこうカード」にて報告いたします。配付前に結果が知りたい場合は、担任までご連絡ください。（配付時期：7月上旬予定）



背が伸びるのはどうして？

身長が伸びるには、まず骨が伸びて、あとから筋肉などもそれに合わせて成長します。骨が成長できるのは「骨端線」がある子どもの骨の間だけ。骨端線がなくなり大人の骨になると、身長の伸びは止まります。

小学校で成長期が来る人もいれば、中学校に入ってからぐんと背が伸びる人もいます。どのように成長するかは、体の設計図が書き

込まれた「遺伝子」にプログラムされていると言います。生まれる前、お母さんのおなかの中にいる頃から持っているものです。このプログラムに不具合があると、成長が早すぎたり遅すぎたりして、本来の予定通りに成長しないことがあります。

気になることがある人は保健室まで相談に来てくださいね。