

# すこやか通信 5月号

## たいいくたいかい れんしゅう はじ 体育大会の練習が始まります

5月に入り、体育大会が近づいてきましたね。外での活動が増えるので、けがや病気には十分に気をつけましょう。日中は暑く感じるような日も出てきました。熱くなり始めのこの時期は、気温がそこまで高くなくても、からだ暑さになれていないため、熱中症に注意が必要な時期です。しっかり水分をとれるように、多めに持ってくるようにしましょう。また、早寝・早起き・朝ごはんなどで体調を整えることも熱中症の予防になります。

## こんげつ けんこうしんだんよてい 今月の健康診断予定

武生東小学校

R7.5.1

内容	にちじ 日時	がくねん 学年
しかけんしん 歯科検診	21日(水)9:00~	ぜんがくねん 全学年
がんかけんしん 眼科検診	22日(木)13:30~	ぜんがくねん 全学年
じけんによ 2次検尿	29日(木)9:00まで	がいとうしゃ 該当者のみ

※検診日に欠席した場合は、保護者の方の送迎で各医療機関へ受診していただきます。

※眼科検診は問診票を事前にお渡ししますので、期限までにご提出ください。

## ねっちゅうしょうよぼう しょう 熱中症予防5か条

- すいぶんほきゅう  
① こまめな水分補給
- はやね はやお  
② 早寝・早起き
- あさ  
③ 朝ごはんはしっかりと
- きゅうけい ひかげ  
④ 休憩は日陰で
- たいちょう わる おり  
⑤ 体調の悪いときは無理しない

のどがかわいていなくても、  
やす じかん すいぶん  
休み時間には水分をとろう！  
おお すいぶん  
多めに水分をもってきましょう。



ぼうしをかぶり  
きんぐにあつたふくそうを！

## 保護者の皆様へ

今月で今年度のすべての健康診断が終了します。お子様の健康診断の結果はどうでしたか。歯科検診についてはすべての児童にお知らせをお渡しします。(受診の必要な場合は青色の紙でお渡しします。)視力検査については、B以下の児童にお知らせを配付していますので、お子様と黒板の見え方などを相談しながら受診してください。その他の検診結果につきましては異常のあった場合のみお知らせを配付していますのでご確認ください。

体育大会の練習が始まります。外での活動も増えますので、多めに水分をご準備いただきますようお願いいたします。また、新年度の疲れも出てくる頃ですので、十分な睡眠がとれるようお声かけをお願いいたします。