

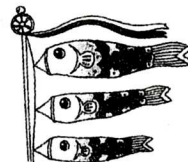
ほけんだより

うら面もあります

平成24年 5月2日
練馬区立豊玉第二小学校
校長 佐々木 秀之
養護教諭 白厩 英子

児童数

さわやかな季節になってきました。そろそろ、新学年のつかれもでてくるころ。
十分なすいみんと栄養をとって、元気にすごしましょう。



かつ ぎょうじ 5月のほけん行事

7日(月)～11日(金)		10日(木)	歯科検診	全学年
視力再検査	該当児童	15日(火)	眼科検診	全学年
9日(水)腎臓検診(2次)	該当児童	17日(木)	耳鼻科検診	全学年

けんこうしんだん

健康診断、最後までしっかりと

4月から続いている健康診断。みなさんの体の様子をいろいろな方法で調べています。
検査が終わっても次のことをわすれないでください。

- ◎ 家に帰って「〇〇の検査をしたよ」と話す。
- ◎ 「お知らせ」をもらったら、必ずおうちの人に見せる。
- ◎ 治療をするように言われたら、早めに病院に行く。(特に、眼科・耳鼻科・内科は、
プールに入るために受診結果が必要です。水泳指導が始まる前までに学校に知らせてください。)

保護者の皆様

○検診、検査の結果が「異常なし」の場合は、お知らせはわたしていません。

学校では病気の疑いがある人にもお知らせをしていますので、病院では「異常なし」と診断されることもありますが、ご理解ください。

○4月1日付で、学校保健安全法施行規則が一部改正されました。このことに伴い、下記の伝染病の出席停止期間の基準が変更になりましたので、ご注意ください。

インフルエンザ・・・「発症後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで」

流行性耳下腺炎・・・「耳下腺、顎下腺または舌下腺の主張が発現したあと5日が経過し、かつ全身症状が良好になるまで」

百日咳・・・「特有の咳が消失するまで、または5日間の適正な抗生物質製剤による治療が終了するまで」

※ただし、いずれの伝染病も医師の判断で伝染の恐れがないと認められれば登校できます。

がつ もくひょう
5月のほけん目標

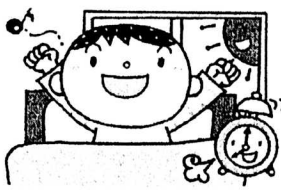
うんどう きょうよう こころ
運動と休養に心かけよう

さわやかな5月は、運動をするのにとっても気持ちがいいですね。

思いっきりからだを動かしてじょうぶな体をつくりましょう。また、次のことに気をつけて、健康管理に気をつけましょう。

♫ **しっかりきざもう 生活リズム**

早ね早起きをする



朝の太陽の光をいっばいあびると、体の中の時計がリセットされます。早く寝ると、疲れがとれ、体も心も元気に過ごせます。

朝ごはんを食べる



朝ごはんは、寝ている頭や体を起こす役目があります。主食・主菜・副菜のそろった朝ごはんを食べましょう。

外で体を動かす

外で遊ぶことも、夜早くねるために大切なことです。中休み・昼休み、外で遊んで遊んでいる人がたくさんいることが子どもたちが元気な証拠です。たくさん外で遊んで、元気いっぱいになりましょう。



作品募集！

ご協力ください！

「歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール」に応募してみませんか？

1～3年生は、図画の部

(絵のみ。ことばはいれない)

4～6年生は、ポスターの部

(標語など書き入れる。むしばと
いうことばは「むし歯」と書く。)

描いてみよう！と思う人は、保健室に画用紙をとりよりにきてください。

5月16日(水)までに、かいてもってきてください。

みなさん知っていましたが？豊玉第二小学校は、日本赤十字社の活動に参加しています。

- ・保健室前の廊下で、使い終わった切手を集めています。この切手は、十分な教育を受けられない子供たちのために役立てられます。ぜひ、おうちで使用済みの切手があったら、持ってきてください。
- ・他にも、「花いっぱい運動」として、花だんのお世話や、「健康プログラム」として、救急法の学習をしています。