

# ほけんだより 5月

令和5年5月1日  
練馬区立大泉西小学校  
校長：岩切 洋一  
養護教諭：村松 優理

## 5月の保健目標

自分の体について知ろう

正しい姿勢をしよう



熱中症に気をつけて!

新学期が始まって1か月。学年やクラスには、もう慣れましたか？

近頃、急に気温が高く暑い日がありますね。そんな日は具合が悪くなり保健室に来る人が多いです。具合が悪くなる理由として、『体が暑さに慣れていない』、『水分が足りていない』ことがほとんどです。

これから運動会の練習も多くなっていきます。具合が悪くならないように、『運動会練習の五力条』を試してみてくださいね。

### 運動会練習の五力条

一

早寝・早起き・朝ごはん

二

手足の洗い

三

こまめな水分

四

補給

五

四



### ～5月の健診予定～

- 1日(月) 視力検査(1・2年)
- 2日(火) 視力検査(3・4年)
- 8日(月) 視力検査(5・6年)
- 10日(水) 眼科検診(全学年)
- 12日(金) 腎臓病検査(1次未提出者・対象者)

- 12日(金) 内科検診(3・6年)
- 15日(月) 歯科検診(3・4年)
- 22日(月) 歯科検診(5・6年)
- 23日(火) 内科検診(1・2年)
- 25日(木) 耳鼻科検診(全学年)

- 26日(金) 歯科検診(1・2年)

