

ほけんだより 5月号

令和7年5月

大阪市立堀江小学校
保健室

新しい学年、新しいクラスにはもう馴染めましたか？環境の変化は誰でも少し疲れるもの。

もうすぐやってくるGWは少し肩の力を抜いてリフレッシュしてくださいね。

5月の運動会に向けて練習がはじまります。みんなが運動会本番に100%の力を出せるよう応援しています。



まだまだ続きます!!

健康診断

5月の予定(東学舎)

1日(木)	内科	4・3年生	16日(金)	心臓一次	1年生・他対象者
2日(金)	聴力	1年生2クラス	19日(月)	視力	2年生3クラス
7日(水)	視力	6年生	20日(火)	眼科	6・5・4年生
8日(木)	内科	2・1年生	21日(水)	視力	2年生3クラス
9日(金)	視力	3年生	22日(木)	耳鼻科	2年生・4年生3クラス
12日(月)	視力	4年生	28日(水)	視力	1年生3クラス
13日(火)	眼科	3・2・1年生	29日(木)	耳鼻科	1年生3クラス・5年生
14日(水)	視力	5年生	30日(金)	検尿二次	
15日(木)	耳鼻科	3年生・4年生3クラス			

病気は早く見つけて早く治療することが大切です。

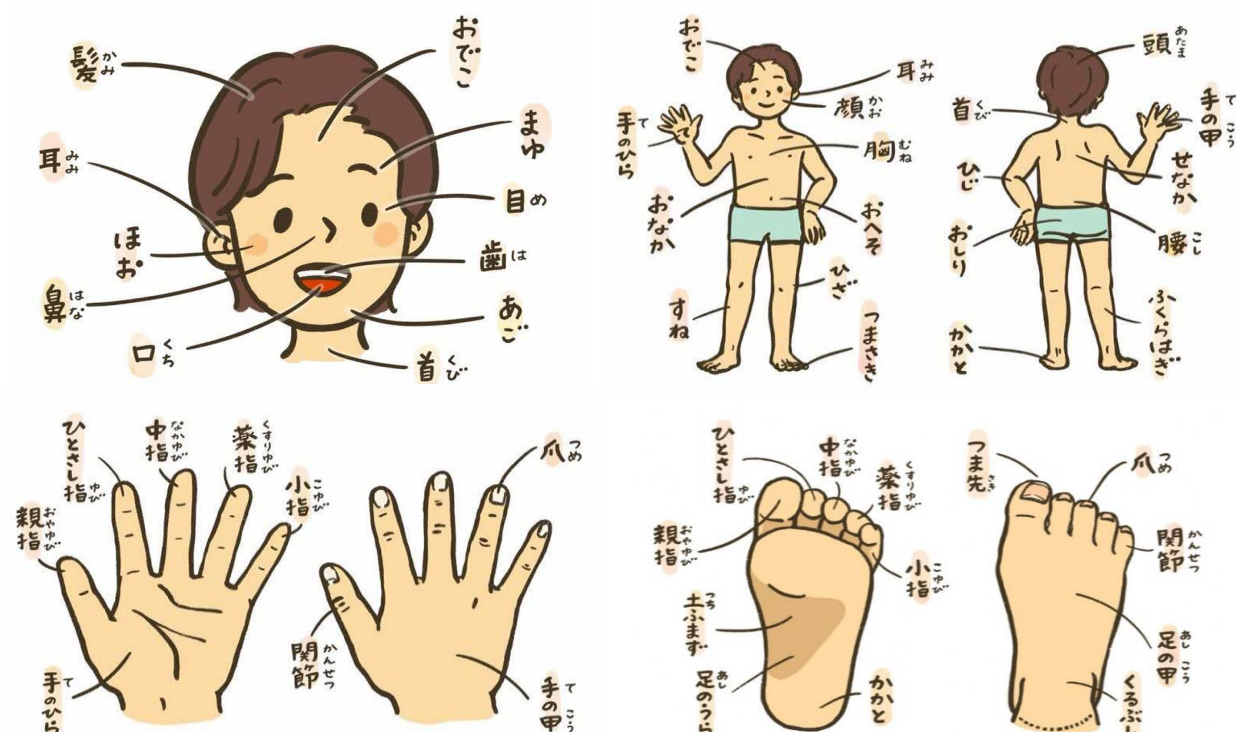
受診のおすすめをもらった人はおうちのひとと相談して、できるだけ早く病院でみてもらいましょう。

受診の おすすめ



カラダの名前を正しく言えますか？

保健室に怪我をして来室したとき上手く怪我の説明をするためにはカラダの名前を正しく知っておかなければなりません。さあ、名前を確認しましょう！



うんどうかい 運動会



運動会の練習に元気に参加するためのポイントをお伝えします！体調不良を練習中に感じたらすぐに近くの先生に伝えましょう。また、練習中に自分が怪我をしない、お友達に怪我をさせないためにも爪は切りましょう！

あなたの つめ、のびて いませんか？

われる!



ひっかく!



はがれる!

爪の確認 ↑ ↑



水分補給



すいみん



朝食・昼・晩の食事



換気



こまめな汗ふき



帽子の着用

元気に過ごす方法 ↑