

保護者の方と一緒に読みましょう。



5月の保健目標  
身の回りを  
清潔にしよう

給食前やトイレの後は、手を洗い、キレイなハンカチで拭いていますか？  
暑くなるこれからの季節は、体育の授業や休み時間に、元気に外で動くと、汗をかきます。そのままにしておくと、臭いやかゆみ、あせもなどの原因になることがあります。汗拭きタオルやきれいな下着で清潔に過ごしましょう。

つめの切り方 正解はどっち？



① 白い部分が残らないようにして、角は四角く切る

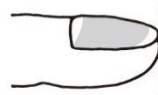


② 白い部分が少し残るようにして、角はやや丸く切る



つめの白い部分

白い部分を残さずに切ると、指先をケガしやすくなったり、細菌が入りやすくなってしまいます。つめの長さは、真横から見たときに指先とつめの長さが同じになるのがベストです。



つめの角

四角く切ると、とがった角が皮膚に食い込んで血が出たり、傷口から細菌が入ったりする危険が。また、自分や友だちの肌を傷つけてしまうこともあります。角は少し丸く切りましょう。

…正解は②。

切るときに意識してほしいのは、つめの白い部分と角です。

今年度の保健委員会が活動開始しました！

今年度は5・6年生合わせて25名のメンバーが保健委員になりました。「健康と清潔を意識して快適な環境をつくろう」を目標に頑張ります！毎日の石けん配りや、月に1回の保健目標の放送、ポスター作成、年1回の集会発表など様々な活動を行います。

今回は、せっけんを作りと石けん配りをしている様子を紹介し、休み時間に、保健委員会の当番の人たちが、教室前やトイレ内の、手洗い石けんを作って補充しています。石けんが少なくなったら、声をかけてください。



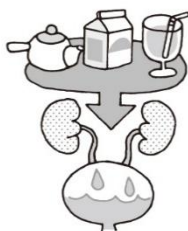
？おしっこってなんのために？

今朝は何を飲みましたか？ お茶、牛乳、

ジュース、いろいろだと思います。トイレでおしっこ

の色を見てみてください。

飲んだものの色とは違いますね。なぜでしょうか？



おしっこは、飲んだものの栄養を吸収し、いらなくなったゴミを体外に出すためのもの。飲み物の色ではないのは、栄養が吸収しているから。

もしおしっこを作る機能が故障すると、必要な水分や栄養を取りこめず、体の中にゴミがたまってしまう。



尿検査では正しくおしっこが作れているかどうかを確認します。朝一番のおしっこを忘れずに！



健康診断の結果のお知らせ

① 健康診断結果のお知らせについて

4月から各検診を実施しています。治療や今後の生活への注意が必要な所見があれば「健康診断結果のお知らせ」をお渡しします。治療する必要のある人は、できるだけ早い対応をお願いいたします。

※6月から水泳指導が始まります。内科・眼科・耳鼻科で「健康診断結果のお知らせ」を受け取った児童は、症状によりプールに入水できないことや、注意が必要な場合があります。早めに受診し、医師に「健康診断結果のお知らせ」の下の「治療報告書」に記載してもらい、学校までご提出ください。

② 定期健康診断の記録について

全ての検診が終わりましたら、一人一人に全ての健診結果が書いてある「定期健康診断の記録」を配布します（7月予定）。



※学校の健康診断は、疑わしいものを全てひろい上げるスクリーニング検査です。「健康診断結果のお知らせ」が配布されても、異常がないこともあります。ご了承ください。

5月の予定

5月1日（金）	聴力検査（5年生）	14日（木）	耳鼻科検診（4～6年）
7日（木）	聴力検査（2年生）	18日（月）	内科検診（1年生）
8日（金）	聴力検査（1年生）	19日（火）	腎臓検診（2次検査②）
11日（月）	腎臓検診 （2次検査①、1次未提出者）	21日（木）	耳鼻科検診（1～3年）
12日（火）	聴力検査（3年生）	25日（月）	心臓検診（1年生、対象者）
		28日（木）	眼科検診（全学年）

4月の保健だよりでお願いした保冷剤や着替えの提供ありがとうございました。たくさん集まったので、また夏休み以降でご不要なものがあれば、保健室までいただくと助かります。