



5月の保健目標 けがに気を付けましょう

# ほけんだより

保護者の皆様へ お子様と一緒に読んでください。

令和6年5月1日  
江戸川区立南葛西第三小学校  
校長 佐久間 貴広  
養護教諭 田中 萌実

新学期が始まってもうすぐ1か月です。入学や進級に伴うクラス替えがあり、新しい環境での疲れが出てくる頃かと思います。5月は運動会もありますので、生活リズムを整えて元気に過ごしていきたいですね。

## 5月・6月の定期健康診断について

月	日	曜日	項目	対象	注意事項
5	1	水	聴力検査	2年	
	2	木		1年	
	8	水	歯科検診	全学年	・朝必ず歯を磨く
	9	木	歯科欠席者検診	欠席者	
			尿検査配布②	もれ者・2次	・就寝前に排尿しておく ・起床直後に採尿する
	10	金	尿検査回収②		
	16	木	心臓健診	1年・未受診者	・就寝前に排尿しておく ・起床直後に採尿する <b>※未提出の場合、保護者の方が検体を検査センターに持参することになります。御注意ください。</b>
	16	木	尿検査配布 ※最終	もれ者・2次	
	17	金	尿検査回収 ※最終		
	30	木	水泳前・運動器検診	抽出者・希望者	・体育着を持ってくる
	31	金	脊柱側弯検診	5年・再検査者	・けが等でまっすぐ立つことができない場合は、学校までお知らせください。
6	6	木	耳鼻科検診	全学年	・耳掃除をしておく

☆体調などに心配があり、5月30日（火）の水泳前検診を御希望される場合は、養護教諭の田中まで御連絡ください。（南葛西第三小学校 03-3878-3357・8）

・校医検診（内科・眼科・耳鼻科・歯科）や視力・聴力検査は異常があった児童にのみ「健康診断結果のお知らせ」を配布します。

・「健康診断結果のお知らせ」を受け取った場合は早めに治療を済ませ、報告書を学校へ御提出ください。何らかの理由（既に受診をしており治療中など）により、受診されない場合は、その旨を報告書に御記入いただき、御提出をお願いします。



## 江戸川区「よい歯の絵のコンクール」作品大募集！

江戸川区歯と口の健康週間に合わせて、歯と口の健康に関するポスターを募集します。イラストとともに文字を入れても構いません。特定の歯科用品名や商品名、学校名はポスターに入れなくてください。

また、「むし歯」という文字を入れる場合は、以下の表記でお願いします。

○「むし歯」 × 「虫歯」 × 「ムシ歯」

※入れなくても構いません。



今まで歯や口について学んだことや経験したことなどを生かして、ぜひ参加してみてください。優秀な作品は学校のホームページなどで紹介され、表彰されます。

興味のある人は、保健室に画用紙を取りに来てください。



昨年度銅賞に輝いた  
三小5年生(当時)  
の作品です！

提出締切 5月31日(金)

## 5月こそ気を付けたい熱中症！

連休明けには気温が高くなり、さらに運動会練習も本格的になります。学校では定期的に水分を取るよう、声をかけていきます。御家庭でも水筒を持たせていただくなど、御協力をお願いします。

また、生活習慣を整えておくことも大切です。5月13日～17日に予定されている「けんこうチェック週間」の取組も活用しながら、生活習慣を整えておくといいですね。

## 急な暑さに備えた対策を心がけよう

寒暖の差がはげしい時期です。熱中症にならないように注意して生活してください。



脱ぎ着のしやすい服装で、  
体感温度を調節しましょう



気温が高いときは  
のどがかわく前に水分補給を



外出するときは帽子や日傘で  
紫外線をさけましょう