



# 5がっ ほけんだより



ゴールデンウィークも終わり、いよいよ運動会の練習が始まりました。休みのつかれや、暑さによる体調不良が心配されます。いつも以上に規則正しい生活に気をつけ、元気にすごせるようにしましょう

## 健康診断の予定 (5・6月)

5月 14日 (木)	尿検査 (未提出者) 前回未提出の人	6月 11日 (木)	尿検査二次 対象の人には個別に連絡します
5月 20日 (水)	内科検診 (1・3・4・5年生全員、 前回未実施の人) 持ち物：体操服 お休みなどで受けられなかった人は、 学校医の先生の病院で受けていただきます。 (保護者引率) なるべくお休みしないようにお願いします。	6月 17日 (水)	心臓病検診二次 対象の人には個別で連絡します 常総市福祉センター (保護者引率)
		6月 19日 (金)	尿検査二次 (未提出者) 最後の提出日です



5月の大きなイベント、運動会!

楽しみにしている人も多いのではないのでしょうか?

練習や本番に全力を出せるように、準備を整えましょう。

★夜は早めにねよう (毎日の練習で体はつかれているよ)

★朝ごはんをしっかり食べよう

(お腹がすいていると、最後まで体がもたないかも)

★水筒を準備しよう (スポーツドリンクも可)

★くつの確認をしよう (サイズは合っているかな? くつぞこが高すぎるとけがにつながることも)



## 健康診断の結果を

順次配布しています

歯科検診：全員

その他の健診：受診のすすめがある児童のみ



受診が済みましたら、結果報告書に保護者の方が記入し、学級担任まで提出してください。

## さわやか検査がはじまります!

### ★検査する内容★

- 手足のつめ
- ハンカチ
- ティッシュ
- 前日夜のはみがき
- 休み時間後の手あらい



第1回：5月27日 (水)  
三妻ナイスタイムの時間

### ★注意!★

昨年、ハンカチ・ティッシュがポケットに入っていないため、必要な時に使えない人が多く見られました。  
すぐ使えるよう、机やランドセルではなくポケットに入れておきましょう!



### ★保護者の方へ★

基本的な生活習慣の定着を目的に、毎月さわやか検査を実施します。

手足のつめやハンカチティッシュなどご家庭でもお声掛けいただけますよう、お願いいたします。