

ほけんだより 5



令和5年5月8日発行
大古小学校 保健室

5月になりました。みなさん、楽しい連休を過ごしましたか？連休明けに、みなさんの元気いっぱいな声をきくことができ嬉しく思います。連休が終わると、健康診断が続きます。必要なものを忘れないように持ってきてください。

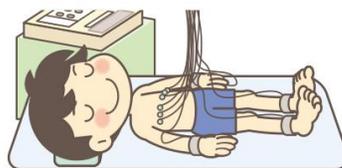
裏にカレンダーをのせています！！

まだまだ続きます
健康診断



5月9日に心臓検診があります！

どんな検査？



心臓の病気や異常を

早く発見することができるよ。

ベッドに上向きに寝て、胸と両手足に

電極を付けて心臓の動きを確認するよ。

少しの間ベッドの上でじっとしていれば

すぐに終わるよ。

心臓検診に必要なものは、心臓検診の問診票(学校へ提出済み)のみです！

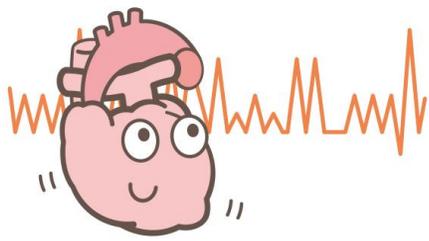
何を調べるの？

心臓の中で起こっている

わずかな電気の変化をグラフにあらわし、

心臓の動きにおかしなところがないかを

調べるよ。



守ってください 保健室のルール

保健室では、みなさんがけがをしたときに手当をしていますね。改めて、保健室の約束を2つお伝えします。

① けがをしてしまって砂などの汚れがついている時は、洗ってから来ましょう。

② 保健室のものは勝手にさわりません。

生活リズムチェックカードが

始まります！



大型連休が終わると、

健康診断だけでなく、生活

リズムチェックカードも始まります。夜ふ

かしをしたり、生活リズムをかえたりする

と、学校が始まってからの生活がしんどく

なり、体調をくずしやすくなります。自分の

ために、生活リズムを変えることなく、健康

な生活を心がけて過ごしましょう。みなさん

は、これから、特にどんなことを心がけ

たいですか？下の□に書いてみましょう。

□



か れ ん だ ー けんこうしんだんカレンダー

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
1 友引	2 八十八夜 先負	3 仏滅 憲法記念日	4 大安 みどりの日	5 赤口 こどもの日	6 立夏 先勝	7 友引
8 先負	9 仏滅 しんぞうけんしん 心臓検診 (1・4年生・ きよねんう 去年受けて いない人)	10 大安 けんによ ★検尿の ようきくば 容器を配り ます	11 赤口 にようけんさ 尿検査 かいめ (1回目)	12 先勝 にようけんさ 尿検査 かいめ (2回目)	13 友引	14 先負
15 仏滅	16 大安	17 赤口	18 先勝 しかけんしん 歯科検診 (1～3年生 たいようくみ 太陽1・2組)	19 友引	20 仏滅	21 小満 大安
22 赤口	23 先勝	24 友引	25 先負 しかけんしん 歯科検診 (4～6年生)	26 仏滅	27 大安	28 赤口
29 先勝	30 友引 ごみゼロの日	31 先負 にようけんさ 尿検査 よびび (予備日) 世界禁煙デー	1	2	MAY 2023 令和5年 皐月	

5