

# ほけんだより 5月

さいたま市立海老沼小学校保健室 令和6年4月30日 発行

新学期が始まって1か月がたちました。新しい出会いにワクワクして楽しいことが多かったと思います。反対に、ストレスや不安を感じることもあったはずですが、自分では気づかないうちに、つかれてしまっていないですか？そんなときには、自分の好きなことをしたり、ゆっくり休んだりすると、元気がわいてきますよ。



～健康診断の予定～



日	日	内容	備考
5月	8日(水)	眼科検診	目が見えるように前髪を留めてきましょう
	14日(火)	心電図検査(1・4年生)	
	17日(金)	尿検査	欠席の場合は、8時
	20日(月)	尿検査(予備日)	45分までに保健室へ
	23日(木)	歯科健診(2・4・6年生)	しっかり歯をみがいて
	24日(金)	歯科健診(なかよし・1・3・5年生)	から、登校しましょう
6月	3日(月)	尿検査(二次)	対象者のみ

各種検診・検査のあと、医療機関を受診する必要があるお子さまに通知をお渡しします。用紙を受け取りましたら、なるべく早く医療機関を受診するようにしてください。また、受診または治療が済みましたら、用紙を学校まで提出するようお願いいたします。

## こんな日は熱中症にご用心



- こまめに水分をとろう！
- ぼうしをかぶろう！
- つかれたら日かげで休もう！
- すずしい服を着よう！



今からしっかり対策しましょう

# さいたま市歯科医師会からの募集！



## ★歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール★

3年生は、学年で3点応募します。その他の学年では、3点応募できます。参加したい人は、ふるって応募ください。応募方法は、次の通りです。

1. 画用紙の大きさは、B3（四ツ切）[380×540mm]で、縦でも横でも良いです。用紙は、保健室にもあります。ほしい人は、取りにきてください。
2. 文字を入れても良いです。ただし、「虫歯」や「ムシ歯」ではなく「むし歯」または、「むしぼ」、「歯みがき」ではなく「歯みがき」と描いてください。
3. 作品の裏側に、学年、クラス、名前（漢字とふりがな両方）を記入してください。
4. **5月17日（金）までに保健室へ提出してください。**

## ★歯・口の健康啓発標語コンクール★

歯科保健向上のためのユニークな作品や生涯にわたってのスローガンになるような標語を募集します。応募方法は、次の通りです。

1. 「虫歯」や「ムシ歯」ではなく「むし歯」、「歯みがき」ではなく「歯みがき」と記入してください。
2. 標語は、5・7・5の形式が基本ですが、字余りでも字足らずでも良いです。
3. **保健室前に応募用紙を用意します。**学年・クラス・名前と標語を書いてください。
4. **5月31日（金）までに保健室へ提出してください。**学校代表として1点応募します。

例： 手に入れよう 長生きチケット 歯みがきで

🌸みなさんのすてきな作品を待っています🌸

## ほけんしつ日記

朝、保健室の前で立っていると、自分から元気にあいさつをしてくれるえびっ子がとても多いです。すばらしですね。みなさんのあいさつで、毎日、たくさん元気をもらっています。

休み時間になると、けがをして保健室に来るえびっ子がいます。そのとなりにには、心配でつきそってくれるお友だちもいます。やさしいえびっ子が多くて、とてもあたたかい気持ちになります。

これからも、みなさんのすてきなところをたくさん見つけたいと思います。