



さいたま市立海老沼小学校保健室 令和7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。自分では気づかないうちに、つかれてしまっていませんか？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、元気がでてきますよ。



### 今月の保健目標

病気をなおそう



### ✿まだまだつづきます！ 5月・6月の健康診断の予定✿

月	日	曜日	内容	学年
5	9	金	尿検査	全学年
			眼科アンケート配付日	全学年 (5月16日までに提出)
	12	月	尿検査 (予備日)	9日未提出者
	15	木	歯科健診	2・4・6年生
	16	金		なかよし・1・3・5年生
	28	水	眼科検診	全学年
6	3	火	尿検査 (2次)	対象者のみ
	4	水	心臓検診	1・4年生

### そろそろはじめましょう 熱中症予防



水分をこまめにとろう！

環境をととのえよう！

ごはんをしっかり食べよう！

# し し か い し かい ぼ しゅう さいたま市歯科医師会からの募集です！

## ★歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール★

3年生は、図工の授業でイラストをかき、学年から3点選んで応募します。

その他の学年からも3点応募できます。イラストをかいてみたい人は、ゴールデンウィークのお休み期間にぜひかいてみてください。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、画用紙の向きは、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」とかきましょう。
3. 作品の裏側に、学年、クラス、名前（漢字とふりがな）を記入してください。
4. 5月16日（金）までに保健室へもってきてください。

## ★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」とかきましょう。「歯磨き」ではなく「歯みがき」とかきましょう。
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16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

さくひん ま  
みんなのすてきな作品を待っています♪

