

ほけんだより 5月

2022. 5. 30

五島市立 緑丘小学校

保健室：古川 知佳

おうちのひとといっしょによんでください。

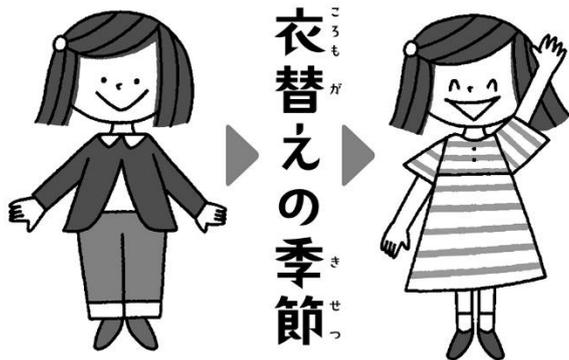
暑いと感じる日も増えてきましたね。これからの季節は熱中症にも注意が必要です。水筒を持ってくるのを忘れられないようにしましょう。また、外で遊ぶときには帽子をかぶり、暑いときには、人が少ない場所でマスクを外すなど、十分に気をつけましょう。

6月健康診断日程

日時	内容	学年	日時	内容	学年
6日(月) 14:00~	内科検診	5年	8日(水) 9:00~	歯科検診	4~6年
9日(木) 12:45~	内科検診	2年	10日(金) 14:00~	内科検診	6年

検診結果、配付しています！

本日、1~3年生までの歯科検診結果を配付しています。歯科検診結果は全員にお知らせプリントを配付するようにしています。病院受診が必要な人は早めに受診をしましょう。また、異常がなかった人も定期的に受診することをおすすめしています。4~6年生についても、検診が終わり次第配付する予定です。その他の検診については、受診の必要がある人に対して、お知らせを配付しています。お知らせプリントをもらったなら早めの受診をお願いします。



気温に合わせて上手に調節しよう！

1日の中でも気温の変化が大きくなりやすいので、着たり、脱いだりできる上着を1枚持ってきておくと安心ですね。また、汗をたくさんかくことも増えてきます。下着は、汗を吸いとり、服の中の温度を下げてくれる大切な役割があります。必ず着るようにしましょう。

あせもの予防

できやすい首の前面、肘の内側、膝の裏側など、要注意！



コットンなど風通しのよい素材の服を着る



汗をかいたらこまめにタオルで拭く



たくさん汗をかいたら着替える



毎日、お風呂やシャワーで清潔に