

ほけんだより 5月

令和4年5月
富士宮市立稲子小学校
保健室

緑のさわやかな季節になりました。新学期が始まって1ヵ月。新しい学年やクラスにはなれてきましたか？5月は1年のうちでも過ごしやすい時期ですが、まだまだ気温の変化が激しく、体調管理が必要です。また、新学期の疲れが出やすい時期でもあります。疲れたなと感じたら、早めに休養・リフレッシュをしましょう。

この連休に家族で出かける人も多いと思います。しかし、新型コロナウイルスの新規感染者数は多いままです。外出先でも、マスクや手洗いなどの基本的感染症対策を徹底しましょう。

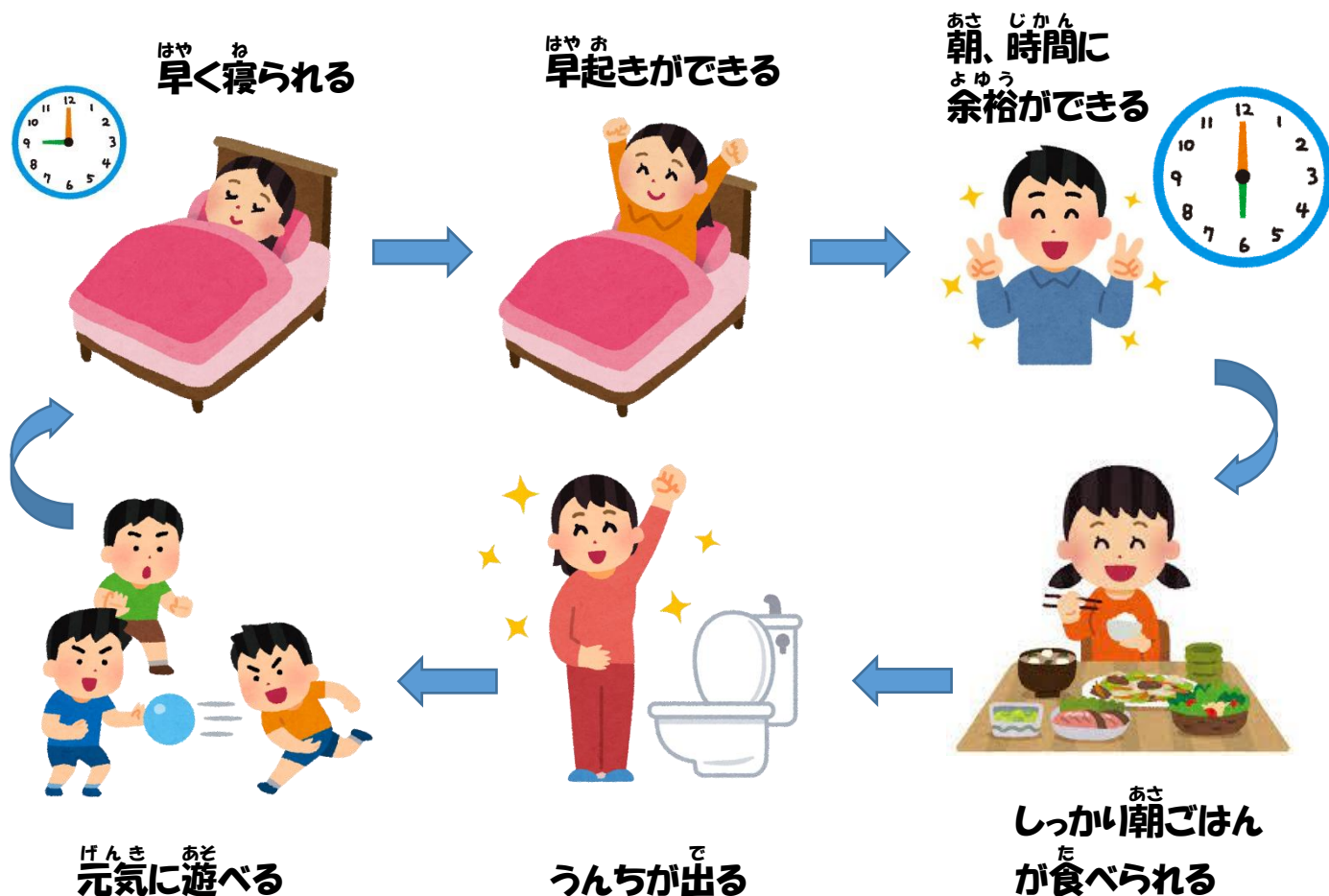
5月のほけんもくひょう

きそくてき せいかつ
規則的な生活リズムをつくろう



げんき こころ からだ
元気な心と体をつくるための合言葉は、「早寝・早起き・朝ごはん」！

まずは早寝からやってみよう！早寝ができると、規則正しい生活ができるよ。



スクールカウンセラーの紹介



昨年度に引き続き、今年度も本校のスクールカウンセラーをしてくださる吉留薫（よしとめかおる）先生です。「心の専門家」として、本校の子供たちを支えてくれます。時間は基本的に 9:00～15:00 となります。保護者の皆様も相談などすることができますので、希望があれば担任へ連絡をお願いします。

来校予定日 1 学期・・・5/9（月）、6/2（木）、7/11（月）
2 学期・・・9/5（月）、10/6（木）、11/10（木）、12/1（木）
3 学期・・・1/12（木）、2/2（木）、3/2（木）

4月20日（水）に^{し かけんしん じっし}歯科検診を実施しました。
^{しず}静かに^{けんしん}検診を受けることができ、^{たいへん}大変
^{りっぱ}立派でした。さて、^{けんしんちゅう}検診中に「C（シー）」や
「CO（シーオー）」などを言われたという人も
いると思います。みなさんはこの言葉の意味
を知っていますか？「C（シー）」は「^{むし}歯」、
「CO（シーオー）」は「^{ほう ち}このまま放置するとむ
^ばし歯になる可能性が高い歯」という意味です。



むし歯は自然に治ることはありません。そのままにしているとむし歯が進んでしまうと、治療に
^{なんかい かよ}何回も通わなければいけなかったり、^{は ぬ}歯を抜かなければならなくなったりします。むし歯やむし
^ば歯になりそうな歯を見つけたら、^{はや たいおう}早めに対応することが大切です。健康診断結果のお知らせ
を配付しましたので、^{はい ふ}おうちのひとと^{ひと いっしょ}一緒にぜひ確認してみてください。

その他の健康診断も終わり次第、随時、治療勧告書を配付していきます。受診の必要がある
お子さんは、できるだけ早めの受診をよろしくお願いします。

～5月の健康診断～

2日（月）心臓病検診（1・4年生のみ）

※おなかや手首・足首がすぐに出せるような服装で！

6日（金）眼科検診（全学年）※前髪が目にかからないように！

19日（木）耳鼻科検診（全学年）※髪が耳にかからないように！

27日（金）アタマジラミ検査（全学年）

まだまだ続くよ 健康診断

