

ほけんだより

平成24年5月14日
見塚市立
東山小学校
★ほけんしつ★
No.7

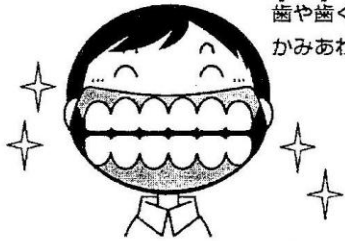
緑のさわやかな季節になりました。運動場の芝生も緑がこくなり、生き生きとして
います。新学期がはじまって、1ヶ月が過ぎました。5月は緊張がゆるみ、つかれが出
たり、けがが増える時期です。もうすぐ運動会の練習もはじまってくるので、体調管理
をしっかりおこないましょう！！



★5月後半の保健行事★

5月15日(火)9:00~

歯科検診



歯や歯ぐきの状態、
かみあわせなどを
調べます

たいしょう ぜんがくねん
*対象:全学年

5月24日(木) 10:00~

耳鼻科検診



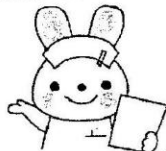
耳、鼻、のどに病気がないか調べます

たいしょう おんせいぜんいん
*対象:1年生全員
おんせい おんせい ちゅうしゅつしや
3年生・5年生の抽出者

★1年生全員・3年生・5年生に
じび かけんしんじせん
耳鼻科検診事前アンケートを
はいふ
配布します！

し き
締め切り:5月18日(金)

※3年生と5年生は、
アンケートに1つでも
「はい」があれば検診の
対象になります。



あさ
★朝ごはんを食べたあと、
しっかり歯みがきをして
くるようにしましょう♪



おんせい し かけんしん
★5~6年生は歯科検診
が給食のあとになるかも
しれないので、「はぶらし」
をもってきましょう！



よみは「夏」そろそろ気をつけましょう！！

まだまだ過ごしやすい日が続いてはいますが、白昼しがだんだん暑らしくなっています。
「まだ、暑じゃないから大丈夫！」と油断しないで、下の3つに気をつけて、毎日をごす
うにしましょう♪

衣服の調節

- 天気によって、
気温が上下しやすい。
- 朝晩と日中の
気温差が大きい。



調節しやすい服装に。
着替えの準備も忘れずに。

水分補給

- 晴れた日の日中は、
夏のような暑さに。
- 子どもは大人よりも
たくさん汗をかく。



少しずつ、こまめに
水分補給を。

紫外線

- 紫外線の量は、
5月ごろから急増。
- お昼前後の時間帯が
もっとも強い。



外遊びのときは、帽子
をかぶりましょう。

5月のめあて
ポケットに
ハンカチ・
ティッシュ

手を洗ったときや、急に
鼻血が出たときなど、ハン
カチ・ティッシュを持って
いなくて、困ることがあり
ます。毎朝、ポケットに入
れて持たせてください。

ハンカチ・
ティッシュが
あるとき



ハンカチ・
ティッシュが
ないとき



★保護者のみなさまへ★

今年度、1・3・5年生対象に歯みがき指導を6月14日(木)に
実施して頂くことになりました。また、詳細については、後日お知らせします。