



5月は大型連休もあり、休み中ゆっくり過ごせた人もいれば、連休明けに疲れが出ていた人もいたようです。5月半ばから暖かい日が増え、朝晩の寒暖差を感じることもありました。急な気温上昇で暑さに慣れないと、熱中症にもなりやすくなります。衣服の調整や、こまめな水分摂取を心がけましょう。

6月の保健行事

●体重測定

3日(火) 中学部、4日(水) 高等部、5日(木) 小学部

●四肢の状態の検査

5日(木) 小学部2～12組

●歯科検診

10日(火) 中学部、高等部、24日(火) 小学部

●耳鼻科検診

19日(木) 小学部

●聴力検査

11日(水) 中学部、12日(木) 高等部、18日(水) 小学部、25日(水) 小学部

●心臓二次聴診

17日(火) 対象者のみ

お知らせをもらったら



早めの受診を



視力検査について

5月半ばから、学級ごとに視力検査を実施しています。視力が両目とも0.7未満のお子さんについては、眼科受診、またはメガネの調整を御検討いただきますようよろしくお願いいたします。結果について御質問等ございましたら、担任を通じて保健室までお問い合わせください。

検査結果

- 1.0以上(A)…よく見えています。
- 0.7～0.9(B)…生活するには困りませんが、悪くならないように注意が必要です。
- 0.4～0.6(C)…黒板に書かれているものが見にくいことがあります。
- 0.3以下(D)…普段の生活で見にくくて困ることがあります。



◎お薬の変更があったとき、情報提供をお願いします。

学校ではお子さんの健康状態を把握するために、普段飲んでのお薬について情報提供をお願いします。通院等でお薬の処方内容(種類や量等)に変更があったときは、担任を通じて御連絡ください。その際、薬を受け取った病院や薬局からもらう薬の説明書の御提供をお願いします。コピーを持たせていただくか、原本を持たせてもらえれば学校でコピーを取り、原本を返却させていただきます。この情報は緊急災害時等にお子さんの状態を把握するためにも有効になりますので、御協力よろしくお願いいたします。



あつ暑くなり、プールや水遊びが楽しい時期になってきました。楽しく安全にプール学習や水遊びができるように、体調や身だしなみの確認をお願いします。眼科健診や耳鼻科健診で指摘があった人は、早いうちに受診されることをお勧めします。



☐ 耳垢は掃除できていますか

☐ 爪は短く切っていますか

☐ 睡眠時間はしっかりとれていますか

☐ 目、鼻、耳は感染症にかかっていませんか

健康チェック表を忘れず記入して
持参してください



6月4日～10日は
歯と口の健康習慣 です



できているかな？ 正しい歯のみがき方

せっかく毎日歯みがきをしていても正しいみがき方ができていないと、みがき残しが多くなって口の中でむし歯菌が増えてしまいます。次の4つを意識してみましょう。



かる ちから
軽い力で
えんぴつ持ち



こきざみに
動かす



は 歯
歯ブラシの毛先を
歯の面にあてる



かがみ み
鏡を見ながらみがいて、
みがき残しをチェックする