

みんなげんき

弥栄小学校
ほけんだより
令和8年5月1日(金)

新しい学年での1か月が過ぎました。勉強も、遊びも、そうじも、みんな元気いっぱいがんばっていますね。いよいよゴールデンウィーク！それぞれ楽しく過ごせるといいですね。急に暑くなったりして体調をくずしやすい時期です。気をつけましょう。



5～6月の保健行事



項目	実施日			内容	準備
内科検診	5	18	月	1, 2年	学校医が体全体の様子をみます。 体操服で受けます。前の日に入浴し体を清潔にしておきましょう。
	6	1	月	5, 6年	
	6	8	月	3, 4年	
耳鼻咽喉科検診	5	14	木	全学年	耳鼻科医が耳、鼻、のどの様子をみます。 前日は耳のそうじをしておきましょう。
歯科検診	5	21	木	1, 2年	学校歯科医が歯や歯肉の様子をみます。 食後の歯みがきをていねいにしておきましょう。
	5	28	木	5, 6年	
	6	18	木	3, 4年	



保護者の方へ ～健康診断の結果について～

これから6月にかけて健康診断が続きます。視力検査・歯科検診・聴力検査については、先日全員に結果を通知しました。それ以外の検診につきましては、異常のあった場合のみ通知します。なお、後日「健康の記録」に検診結果を記入して配布しますのでご確認下さい。

運動会の練習が始まるよ～♪

5月23日の運動会に向けて、体育やチーム練習など、これからは外での活動が多くなります。
☆元気に思いっきり練習できるための準備をしよう！



☆もちものチェック！（もちものには名前を書きましょう）

お茶(多めに)

体が暑さに慣れていないため、熱中症を起こしやすくなります。こまめに水分をとりましょう。



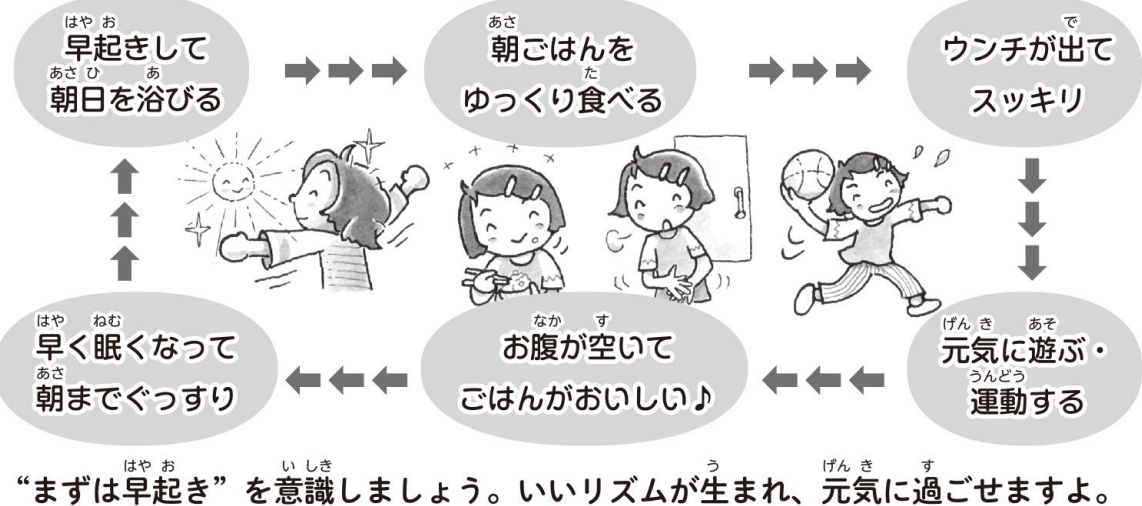
タオル(ハンカチ)

汗をかいた後はタオルでふいて…。さわやかにすごしましょう。



準備運動
しっかりと！

まずは早起き！いいリズムで毎日元気



ゴールデンウィークもいいリズムで！

休み明けによいスタートができるように・・・



自転車にのるときは、交通ルールを守って安全に！

