

利府町立しらかし台小学校 保健室

平成25年5月8日

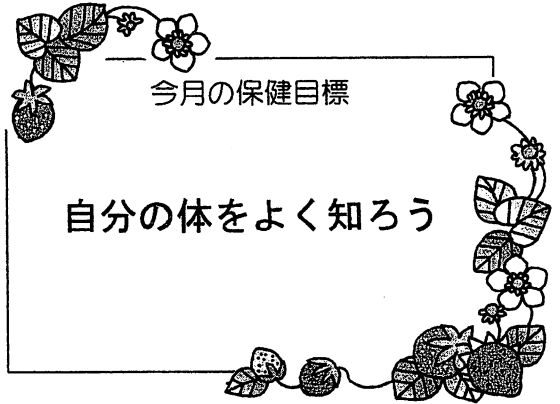
新緑がきれいな季節です。4月は、気温の変化が激しかったので、体調を崩すお子さんが多くいました。

保健室では、まず熱が平熱であれば、ベッドで温めて様子を見ています。回復しない場合は、家庭連絡を

一時休養



しています。のみ薬は一切、与えていません。連休が終わって、学校の生活リズムに戻るまで時間がかかるお子さんもいると思います。早寝、早起き、朝ごはんを、学校に笑顔で送り出してください。



今月の保健目標

自分の体をよく知ろう

5月9日(木) 明日朝、尿検査があります。本日、検査袋、スポイト、コップを配付しました。

★朝、いちばんの尿をコップに取って、スポイトの3分の2まで入れてください。



早寝★早起きを  
心がけよう

5月3日(木) 歯科検診と、歯科指導がありました。

歯科校医の広沢先生の歯のおはなし

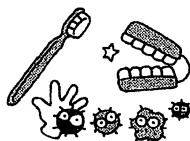
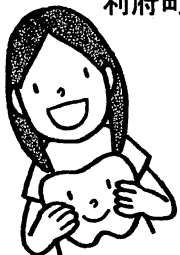
★歯ブラシは、こまかく動かしましょう 『シャカシャカみがき』

★まっすぐ前をみて食べましょう 『よいしせい』

★むし歯があった人は、治療しましょう。

学校では、むし歯治療率100%を目指しています。よろしくお願いたします。

今年も3年生を対象に、6月、7月、12月に利府町保健福祉課による歯科指導が入ります。



ポイント

甘くない・冷たすぎない

お天気のよい日には、汗ばむ陽気になってきました。そろそろ水分補給が大切な季節。元気な時の水分補給のポイントをお知らせします。

★糖分を含まないもの

むし歯や肥満の原因になるので、ふだんの水分補給には向きません。

★冷たすぎないもの

胃腸の働きを弱め、おなかの調子をくずす原因になるので、気をつけて。

★少しずつ、こまめに

のどがカラカラにかわく前に飲ませるのがコツです。

# けんこうしんだんカレンダー

5月は、ぎょう虫卵検査、尿検査、各調査票の記入と毎週保護者の方にお手伝いしていただかなければならないものばかりです。申し訳ありませんがよろしくお願いいたします。

| 日曜日   | 月曜日                     | 火曜日   | 水曜日  | 木曜日  | 金曜日   | 土曜日   |
|---|-------------------------|---|--|--|---|---|
| 5月5日  | 6                       | 7   | 8  | 9  | 10  | 11  |
| <p>1・2・3年生<br/>ぎょう虫卵検査が2回終わった人は、学校に提出</p>  |                         |   | <p>尿検査容器配付</p>   | <p>9朝：尿検査</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>尿検査提出日</li> <li>ぎょう虫卵検査最終提出日</li> <li>結核検診問診票締切</li> <li>4年心臓問診票締切</li> </ul>  |   |   |
| 12  | 13                      | 14  | 15   | 16   | 17  | 18  |
|   | <p>注射します。<br/>心の準備を</p> | <p>心電図検査(4年)<br/>貧血検査(5・6年)</p>                    | <p>内科検診<br/>(結核検診)</p>  |  |   |   |
| 19  | 20                      | 21  | 22   | 23   | 24  | 25  |
|   |                         |   |                       | <p>6年生修学旅行の<br/>健康調査配付</p>   |   | <p>運動会</p>  |
| 26  | 27                      | 28  | 29   | 30   | 31  | 6月1日  |
|   |                         | <p>お弁当の日<br/>水泳健康調査配付<br/>スクールカウンセラー<br/>来校</p>  |  |   |  |            |