



保護者の方と一しょに読みましょう！

令和6年度
5月号
邑久小学校



5月7(火)～10(金)は健康安全の週です！

平成8年、邑久小学校では、忘れてはならない悲しい出来事がありました。0157という菌のため、当時小学校1年生の2人のお友達の命が奪われました。大勢のお友達が入院したり、学校を休んだりして、とても苦しく辛い思いをしました。

このような悲しい出来事はもう二度と起こってほしくありません。みんなが元気で明るい学校生活を送ってほしいと願っています。

邑久小学校では、給食の準備の時に、体の様子を調べたり、手をきれいに洗ったり、マスクをきちんと付けたりするようにしています。また清潔調べや生活リズム調べをして、健康な生活が送れるようにしています。

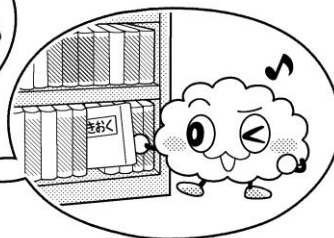
「健康・安全の週」には、健康な生活チェックカードに取り組みます。1週間取り組んだカードは10日(金)に家に持ち帰り、お家の人に見てもらって、13日(月)に担任の先生に提出しましょう。

★★ぐっすりねむることの効果★★

成長ホルモンが十分に
出る

脳や体のつかれがとれる

覚えたことが整理されて
定着する



病気への
抵抗力が
つく



心の状態が安定する

ぐっすりねむるコツ

- ① 早く起きて朝日を浴び、日中、元気に活動する。
- ② ねる1時間前までにはテレビやゲームを消す。
- ③ ねる前に毎日同じ行動(入みんぎ式)をする。

保護者の皆様へ

～健康診断の実施と結果のお知らせについて～

4月から、健康診断をすすめています。健康診断の実施にご理解・ご協力をいただきありがとうございます。完了した検診・検査等について、随時、「結果のお知らせ」として、発行していきますので、眼科・耳鼻科等の医療機関へお問い合わせいただき、早めに受診していただきますよう、お願いいたします。

<5月にお知らせを出す予定のもの>

- 視力検査結果、裸眼B以下の人、矯正C以下の人
- 聴力検査の結果 異常のあった人
- 耳鼻科検診で所見があった人

※病気や異常の有無に関わらず、お子様と一緒にご覧の上、気づいたことや改善点などを話し合い、共有していただければ幸いです。



～水筒を必ずご準備下さい!!～

ゴールデンウィークも終わり、5月末の運動会にむけて、練習が始まります。

体がまだ暑さに慣れていないこの時期は、急な暑さが体にとってとても大きな負担となり、熱中症に気を付けなければなりません。

ご家庭で、水筒をご準備いただき、毎日、お子様に持たせていただきますよう、お願いいたします。(必要に応じて、スポーツドリンクを持たせていただいてもかまいません。)



健康診断の予定～5月～



聴力検査	5/1 (水) 1年	
耳鼻科検診	5/9 (木) ひまわりたんぽぽ4年 2年 4CD	耳掃除をしておきましょう。
内科検診	5/7 (水) 3年 8 (水) 6年 14 (水) 2年 15 (水) 5年 21 (水) 1年 ひまわりたんぽぽ 22 (水) 4年 欠席者	前日はお風呂に入って体をきれいにしておきましょう。 体操服や下着に名前を書いているか確認しましょう。
歯科検診	5/9 (水) たんぽぽA～D、4AB、6年 15 (水) 3年 29 (水) 2年 30 (木) たんぽぽE～G、4CD、5年	朝の歯みがきをていねいにしてきましょう。
尿検査2次	5/16 (木)、17 (金)	2次検査が必要な人には手紙を渡します。1次が出せていない人はこの日に忘れずに提出しましょう。