

ほけんだより 5月

令和6年5月28日 田鶴小学校 保健室

新緑が美しく、さわやかな風が吹くこの時期は、運動をすると気持ちがいいですね。でも体がまだ暑さになれていないため、熱中症の危険があります。水分補給を忘れずに、疲れたら無理せず休憩をしましょう。

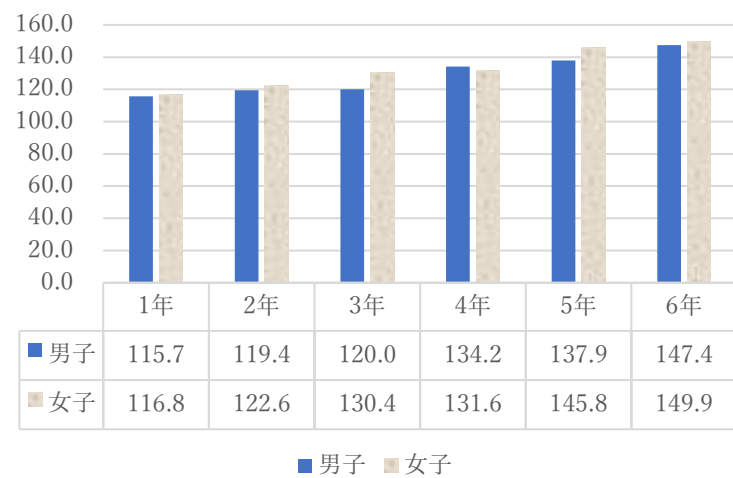
身体測定の結果

学年の平均

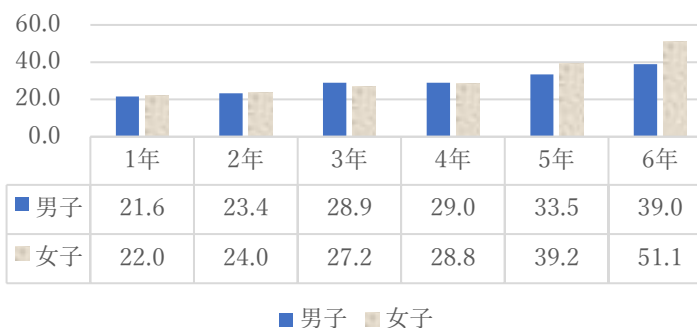
測定日 4月11・12日

次の身体測定は、2学期はじめの予定です。

身長（cm）の平均



体重（kg）の平均



健康診断が続いています。異常が見つかった人は、早めに病院へ行って診てもらってください。

眼科検診

5月30日(木)

自分で目の下を下げます。練習しておいてください。



耳鼻科検診結果より

検診で見つかった主な異常

・耳垢(10人)

家で取れない場合は、耳鼻科に行ってください。

・扁桃肥大(10人)

いびきをかく人は要注意です。

・アレルギー性鼻炎(3人)

すでに診断されたことがあって症状がでていない人は含まれていません。症状がひどい時は受診してください。



歯のポスターが入賞しました。

『歯・口の健康に関する図画・ポスター及び標語の募集』に、田鶴小学校から10人が応募しました。

そこで、図画・ポスターの部に2人の作品が選ばれました。

3年 西村りあらさん 3年 貴志なぎささん



作品は、6月5日まで有田川町のアレックで展示されます。

暑さに負けない体を作ろう

毎日朝ごはん

運動で汗をかく

冷やしすぎに注意

しっかり睡眠

学校でケガをしたときは

遠足で

虫に刺された

例えばこんなとき

下校中に

転んでしまった

休憩時間に

遊具から落ちた など...

災害共済給付制度を利用できます

総医療費5,000円（自己負担3割の場合、支払いが1,500円）以上が対象です。専用の申請書類があるので、保健室にお問い合わせください。

掛金は1人460円です。後日、集金させていただきます。

毎日、朝ごはんを食へまじょう