

新年度が始まり、約3週間が経過しました。新しい学年、学級には慣れてきましたか？気がつかないうちに緊張し、頑張りすぎて疲れも出てくる頃です。早寝、早起きなど規則正しい生活を心がけ、毎日元気に過ごせるようにしていきましょう！



★健康診断が続きます！

4月から始まった健康診断。いくつか終わったものもありますが、引き続き残りの検診や検査を行います。今後の検診でも準備等のご協力よろしくお願いいたします。

< 5月・6月の保健行事予定 >

| 月 | 日にち | 保健行事・検査項目 | 時間 | 対象学年 |
|---|--------|-------------|-----------|------------|
| 5 | 11日(水) | 歯科健診 | 9:00~ | 1、2、3年、さくら |
| | 12日(木) | | | 4、5、6年 |
| | 26日(木) | 眼科検診 | 10:30過ぎ頃~ | 全学年 |
| 6 | 2日(木) | 耳鼻科検診 | 9:00~ | 全学年 |
| | 8日(水) | 全国小学生歯みがき大会 | 5時間目 | 5年 |

健康診断結果のお知らせについて

○健康診断の結果、異常の疑いがあった場合には随時プリントでご家庭にお知らせします。「疑い」であるため必ず異常があるというわけではありませんが、病気や異常の有無を確認し、早期に受診を進められるよう、早めに医療機関を受診するようにしてください。

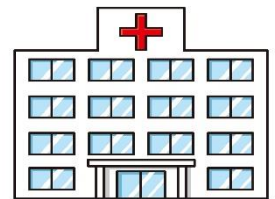
○受診後は、結果を学校へお知らせください。

○検診等で所見のない場合は、お知らせのプリントはありません（歯科健診は全員に結果を配付します）。



*眼科の受診のお知らせについて

4月に実施した視力検査の結果、B以下だった児童には4月下旬に受診のお知らせを配付いたしました。今月26日には学校医による眼科検診が実施されます。その際にも、学校医より受診をした方が良いとされた児童には眼科の受診のお知らせを配付いたします。視力検査の結果で受診のお知らせを配付した児童の中には再度受診のお知らせが配付される児童がいるかもしれませんが、ご了承くださいませようお願いします。



★日本スポーツ振興センター加入について

学校管理下でけが等をして、医療機関等にかかった場合、その医療費を後日給付するという日本スポーツ振興センターの共済給付制度です。医療費の合計が5000円（保険使用で3割の1500円）以上かかった場合に給付金が支払われます。掛金は935円ですが、長瀬町から435円負担していただけるので、保護者の自己負担の掛金は年額500円です。学年費より支払わせていただきます。

せいかつ
★生活しらべについて



ハンカチとティッシュを

忘れずに！

まいしゅうげつようび
毎週月曜日に、「ハンカチ」「ティッシュ」「つめ」「朝ごはん」について
しらべています。まいにちわす
毎日忘れないようにしましょう。いつでも使えるように、
ハンカチとティッシュはポケットに入れておけると良いですね！



がつしんたいそくていけっか
★4月身体測定結果



おこな
4月13、14日に全学年で身体測定を行いました。以下は、各学年の平均値です。

| | 男子 | | 女子 | |
|----|-------|-------|-------|-------|
| | 身長 cm | 体重 kg | 身長 cm | 体重 kg |
| 1年 | 115.6 | 21.3 | 115.2 | 22.0 |
| 2年 | 123.4 | 23.9 | 121.7 | 24.2 |
| 3年 | 127.2 | 27.3 | 127.6 | 26.9 |
| 4年 | 132.9 | 30.2 | 134.6 | 32.0 |
| 5年 | 140.4 | 34.9 | 142.9 | 38.3 |
| 6年 | 148.6 | 43.3 | 145.7 | 39.3 |

せいちょう こじんさ ぜんかい
成長には個人差があります。前回よりどれくらい成長しているかなど成長曲線でご確認ください。
せいちょう しんぱい ほけんしつ はなし
成長のことで心配なことなどありましたら、いつでも保健室までお話しただければと思います。

こよみ うえ なつ
★暦の上では夏になります そろそろ暑さ対策をしていきましょう！

きゆう あつ
急な暑さに **ご用心** 寒暖の差が大きい
この時季の備え



ぬぎ ぎ
脱ぎ着のしやすい服で
たいかんおんど ちようせつ
体感温度を調節しよう



あせ せいけつ
汗をかいたら清潔な
タオルやハンカチでふこう



きおん たか
気温が高いときは
すいぶんほきゆう
こまめに水分補給をしよう



がいしゆつ ぼうし
外出のときは帽子をかぶり
しがいせん
紫外線を避けよう

★つかれていませんか？上手にリフレッシュしましょう！

ほほう げんき
こんな方法で元気をチャージ！



しっかりすいみんをとる



ゆっくりすごす



ひと そうだん
人に相談する