

# ほけんだより 5月



2018. 5. 14  
美川小保健室  
おうちの人といっしょに  
よみましょう。

新学期が始まって1か月が過ぎました。ゴールデンウィークもあり、疲れがたまっていないかなと様子をうかがっていますが、みんなでサッカーしている姿を見ると、安心させられると同時に、子どもたちのエネルギーの大きさに感心しているところです。

学校でたくさん学んで、遊んで、がんばった分、おうちでは安心してゆっくり休めているのだと思います。

今月も、みんな元気いっぱいスタートです。



5月の保健目標は

## 「身体を清潔にしよう」です。

今年度から、衛生検査を始めました。ハンカチ・ティッシュの有無、つめの長さの3項目です。ハンカチは平均して87.5%、ティッシュは70.8%が持っていました。つめに関しては、66.7%という結果でした。

つめは1週間に1回程度、お風呂上がりに切るのがおすすめです。



## 写真でふり返る健康診断

4月11日に身体測定・視力検査・聴力検査を実施しました。

5・6年生をリーダーに、みんなで上手に受けることができました。気持ちのよいあいさつも、静かに受ける姿も、とてもよかったですね。

1年生もお兄さんお姉さんを見て、上手に受けることができました。

姿勢がイネネ



高学年になると、視力検査も向きを手で表すのではなく、口頭で『右斜め上』とすらすら言えます。

あっち? うご、しんどくない?、って子に出会えるものいいです。



説明を真剣に聞いています。おかげでスムーズにすみました。

眼差しがまぶしい

早速「治療報告」が届いております。早めの受診、ありがとうございます。

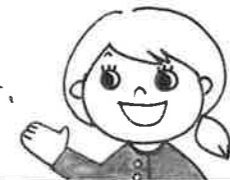
第1回目は5月29日からです!

## 健康づくり週間がはじまります!

一生の健康を支える“基本的な生活習慣”をみなさんに身につけてほしいと願ってつくられたものです。

自分の生活をふり返り、よりよくしようと気をつけていく、ひとつのきっかけとして活用して下さいね。

保活者のみなさまのコメント、お気づきを談むのが楽しみです♪



## はしかにお気をつけを。

沖縄県や愛知県で流行しているはしか(麻疹)は、感染力が非常に強い感染症です。予防接種が一番の予防法です。

予防接種が2回完了しているか、今一度ご確認ください。



そもそも清潔ってなあに?



【清潔】よごれのないこと。きれいなこと。

人格や生活態度などが正しくきれいであること。

清潔にすると、こんなにいいことがあるよ!



- ・病気に かかりにくくなる
- ・集中できる
- ・印象 がよくなる
- ・気持ちよくすごせる
- ・こころもスッキリする

などなど

こんなことに 気をつけてみよう!

手洗い

ハンカチ  
ティッシュ

下着を着る

きれいな  
言葉づかい

お風呂に入る

つめの長さ

顔をあらう

などなど...