



春日井市立出川小学校 保健室

令和5年5月1日(月)

No. 2

がっ 4月のつかれをリフレッシュ！

しんねん ど はじ やく げつ あたら あたら せんせい あたら がくしゅう すこ
新年度が始まって約1か月。新しいクラス・新しい先生・新しい学習にも少しずつ
な 慣れてきたでしょうか。きんちよう がつ なん きぶん おこ
緊張がほぐれてきた5月は、何となく気分が落ち込んだり、やる
き き ダウンしてぼーっとしたりすることも増える時期です。そんなときこそ、「早ね・早お
き」を心(こころ)がけて、体調(たいちょう)を整(ととの)えることが大切です。また、自分の好きなことをして、リフ
レッシュすることもおもいと思(おも)います。

けんこう しけつ 健康の秘訣

ただ せい かつ ちか
「正しい生活リズム」ペースをつくるカギは朝！



はや お あさ ひ
早起きして朝日をあびる



ちようしよく ほじゆう
朝食をたべてエネルギー補充



まいあさ はいべん
毎朝きもちよく排便する

けんこうしんだん つづ 健康診断まだまだ続きます。

がっき けんこうしんだん じぶん し しんちよう
1学期におこなう「健康診断」は、自分のからだについて知るチャンスです。身長・
たいじゆう ふ み ば じぶん
体重は増えたかな？見えにくくなっていないかな？むし歯はないかな？と、自分のから
だに 興味(きょうみ)を持(も)って、調(しら)べてみましょう。

5月 8日(月)

ない か けんしん
内科検診

4年

5月10日(水)

ない か けんしん
内科検診

3年

5月11日(木)

じ び か けんしん
耳鼻科検診

1年

5月17日(水)

ない か けんしん
内科検診

2年

5月19日(金)

しんでん ず けん さ
心電図検査

1・4年

5月24日(水)

ない か けんしん
内科検診

1年・5 6 7 8 9組



せいかつ せいけつな生活をこころがけよう！

5月から、毎週木曜日に清潔検査をおこないます。ハンカチ・ティッシュを持っているか、つめはきれいに切っているかを確認します。

ハンカチ・ティッシュ
いつも持ち歩こう



こまめに
手あらい・うがい



手足のつめは
のびていませんか？



かがみをみながら
歯をみがこう



下着は汗をかいたら
着がえよう



お風呂に入って
毎日すっきり！



保護者の方へ

色覚検査について

先天性の色覚異常は、男子の約5%（20人に1人）、女子の約0.2%（500人に1人）の割合にみられます。色が全く分からないというわけではなく、色によって見分けにくいことがある程度で、日常生活にはほとんど不自由はありません。しかし、状況によっては色を見誤って周囲から誤解を受けることや、色を使った授業の一部が理解しにくいことがあるため、学校生活では配慮が望まれます。本人には自覚のない場合が多く、お子様が検査を受けるまで保護者の方もそのことに気づかない場合が少なくないそうです。治療法はありませんが、授業を受けるにあたり、また今後の進路選択にあたり、お子様の色の見え方を知っておきたい方は、学校で検査表を用いた検査ができます。希望される方は、担任または養護教諭までお知らせください。なお、学校眼科医（唐木 Dr.）から、正確に検査するために4年生以上で検査をすることを勧められましたが、1～3年生のお子様も検査できます。ご希望がありましたら、お申し出ください。