

ほけんだより 5月号

令和7年5月7日
御船小学校 保健室 上村

熱中症予防にもなるよ

朝ごはんでこんなに変わる?!



朝ご飯を食べないと、おなかがすきすぎて痛くなったり、気持ち悪くなったりします。午前中の授業が集中できずに、もったいないな~と思います。

そろそろはじめましょう 热中症予防

5月は熱中症シーズンの始まり。急に暑い日が出てきて、暑さに慣れていない体がついていけず、熱中症になりやすい時期です。暑さに負けない体づくりをはじめましょう！

水分補給、睡眠、体調管理

水分をこまめにとろう
ぐっすり眠れる環境を整えよう
体調を整え丈夫な体を作ろう

健康診断の結果をお渡します！！

医療機関での受診が必要な場合に通知します。視力、聴力、歯科など早期発見によって治療期間が短くなることもあります。学習にも影響が出ますので早めに受診をお願いします。

なお、学校の健康診断は病気の可能性のスクリーニングですので、受診の結果「異常なし」とされる場合もあります。

全ての健康診断が終わりましたら、全員に結果をお知らせします。ご不明な点は**保健室：上村**までお問合せください。（御船小：282-0044）