

# ほけんだより 5月

令和6年5月

睦合小学校保健室

文責 中村 涼子

ゴールデンウィーク後半ですね。連休が終わると運動会の練習が始まります。休み中は、規則正しい生活と適度な運動で、疲れにくい体づくりを心がけましょう。健康診断もまだまだ続きますので、自分の体のことを振り返るよい機会にしましょう。受診の勧めの通知が来た場合は、なるべく早めに受診されることをお勧めします。

## 5月の予定

健康診断 まだまだ 続きます

項目	学年	日時
心電図	1・4	5月7日(火) 10:30~
耳鼻科検診	1・4	5月10日(金) 13:30~
検尿一次	全学年	5月14日(火)
検尿二次	全学年	5月30日(木)
眼科検診	1・4	5月20日(月)
内科検診	4・5・6	5月30日(木) 13:30~
	1・2・3	6月13日(木) 13:30~



ゴールデンウィークが終わると、いよいよ運動会の練習が始まります。連休中、生活リズムがくずれてしまうと休み明けは疲れやすい体が出来上がってしまいます。休み中、部屋でゲームばかりではなく、外などでしっかり体を使った遊びができるといいですね。

## ゴールデンウィークも

### 規則正しい生活を



連休中もはやね・はやおき・朝ごはんできんきに過ごしましょう。

### 保健室からのお知らせ

歯科検診の結果は、全員通知します。それ以外の健康診断の結果は、受診や検査が必要な場合のみ、通知します。

