



〈5月の保健目標〉  
生活のリズムを  
ととのえよう

令和7年5月  
佐敷小学校  
保健室 岩田

新学期が始まって1か月が経ちました。少しずつ新しい環境にも慣れてきたところかと思えます。このほっとしたタイミングで「体がだるい」、「やる気が出ない」といった症状も出やすくなります。これを「5月病」といいます。よいストレス発散や食事・運動・睡眠、できることから始めてみましょう。

保健室2人でがんばります！

～保健室の先生の紹介～

本校1年目、養護教諭の『松本えみ』です。みなさんが、心も体も元気に過ごせるよう、岩田先生と一緒にサポートしていきます。1日でも早くみなさんの顔と名前を覚えられるようにがんばります！  
1年間よろしくお願いします。

〈こんな先生です！〉

好きな食べ物：チーズケーキ、チキン南蛮 / 好きなキャラクター：ポムポムプリン

好きなこと：食べること、お笑いを見ること / 好きな色：青色 / 好きなアニメ：名探偵コナン



5月・6月の予定



内科検診

5/19 (月)：6年生  
5/26 (月)：5年生  
5/27 (火)：3年生  
5/29 (木)：2年生

6/10 (火)：1年生  
6/13 (金)：4年生

歯科検診

5/2 (金)：1・6年生  
6/9 (月)：3・4年生  
※歯ブラシを  
持ってきてください。

心臓検診

5/13 (火)：1年生  
6/3 (火)：4年生

尿検査

5/15 (火)：対象者  
5/27 (火)：対象者

眼科検診

6/4 (水)：全学年

保護者の方へ

保健関係の書類のご提出  
お世話になりました。

毎年度のことではあります  
が、子どもたちの健康状態を  
把握するために必要な情報で  
す。いろいろな書類提出があ  
る中、早めに提出していただ  
きありがとうございました。



4/15 (火)に身体測定  
がありました。6年生  
は、1年生とペアにな  
り、初めてで緊張して  
いる1年生に優しく  
方法を教えてくれまし  
た。頼りになる6年生。  
これからも期待してい  
ます！