



〈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ころかと思います。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年間よろしくお願ひします。

〈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

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！