

5月のほけんだより

豊水小学校 R5.5.1

5月8日に新型コロナウイルスが5類になります。でも、感染者が0になるわけではないので、すぐに元通りというわけにはいかないようです。今年度も、歯科校医によるブラッシング指導はまだ実施がむずかしいので、歯科検診時に講話をお願いしました。少しずつできることを探りながら、保健行事を行いたいと思います。

5月の保健目標
身の回りを清潔にしよう！



給食の時は、マスクが必要です。
コロナ対策のための学校でのマスクの使用は、各ご家庭の判断になりましたが、給食準備の時は、衛生のためにマスクをします。給食エプロンの袋にマスクも入れてください。1週間使えるようにガーゼや布マスクでかまいません。



5月の保健関係行事予定

- 10日(水) 内科検診13:30~
- 12日(金) 避難訓練(不審者対応)
- 15日(月) 環境安全点検、
- 16日(火) 検尿二次
- 18日(木) 1、4年生心電図検査9:00~
1、4年生眼科検診13:30~
- 27日(土) 運動会
- 31日(水) 歯科検診13:30~

※毎週水曜日は、フッ化物洗口があります。
※内科検診、心電図検査は、体育服で受けます。
心電図検査の時はマスクを準備してください。
※29日は、運動会の予備日のため給食がありません。お弁当が必要です。



新年度が始まって、1ヶ月くらいたつと、張り切っていた分、そろそろ心身の疲れが出てきます。まずは、毎日のリズムを整えましょう。



運動会の練習がはじまります。



の用意をお願いします

「相談力」も大切な「力」です

悩みがあったり、落ち込んだり、気分がモヤモヤするとき、どうしていますか？ 自分で解決法を考えついたり、自分なりの方法でモヤモヤを解消できればOK！ でももし、いつまでもクヨクヨ考えたり、落ち込みから抜け出せないときは「相談力」を発揮してはどうでしょう？

どう相談したらいいかわからないときは

話しかけやすい人は誰ですか？
親身に聞いてくれる人がきっといるはず。切り出しにくいときは、なんでもない話から始めるといいかもしれません。



これからいろいろな経験を積み重ねていく

みなさんには、「相談力」も大切に育ててほしい「力」です。保健室も「相談力」のお手伝いをします！

