



No. 2

令和4年5月10日

小松市立日末小学校
保健室

新学期が始まって一か月、ゴールデンウィークも終わりで暖かい日も増えてきました。暖かくなってくると心配なのが熱中症です。5月後半には運動会に向けた練習も始まります。のどが渇いたな、と感じる前にこまめに水分補給をして熱中症を予防しましょう。

視力検査がおわりました！

視力検査でB以下だったお子さんに健康診断(視力・眼科)結果のお知らせをお渡ししました。(視力・眼科)結果と記載されていますが、今回は視力検査の結果のみのお知らせです。眼科検診については、秋以降に1・4年生を対象に実施予定です。

見えにくくなっていませんか？
でしたか？

健康な目を守るアドバイス

- ★読書や勉強をするときは、目から30cm以上離してみよう
- ★暗い所で本やスマホを見ないようにしよう
- ★ピンク色のお知らせをもらった人は、早めに受診しよう



「健康診断結果のお知らせ」をもらったら…

こんなふうに思っていないですか？

重い病気がみつかったら
どうしよう

めんどくさい



メガネは
いやだ

病気は早く見つけて、早く治療することがとても大切です。
できるだけ早く病院で診てもらいましょう。

5月の健康診断予定

日程	検診名	時間	対象学年
5月 18日(水)	内科検診	13:00～	ぜんがくねん 全学年
19日(木)	尿検査		
26日(木)	歯科検診	13:00～	



ねっちゅうしょうよぼう 熱中症予防のコツ

- ① 持ち物  水筒、帽子、汗拭きタオルを毎日忘れずに！
- ② 休憩  外で運動するときは、30分に1回は涼しい場所で休憩を。
- ③ 睡眠  寝不足だと熱中症になりやすくなります。9時にはベッドへ！
- ④ 朝ごはん  水分、塩分を補えるおみそ汁がオススメ☆

さぶろう 三郎ホールに熱中症予報ボードを設置しました。
かくにん 確認してみてくださいね！



あたら 新しい学年や毎日の生活に少し慣
れてきたころです。こんな人はいま
せんか？

慣れてきた頃 注意報 発令中！

1 	事故に 注意！ 	車は急に止まれません。 ほかの人の迷惑になって いるかもしれませんね。 楽しい登下校中も、しっ かりまわりを確認しなが ら歩きましょう。 
2 	ケガに 注意！ 	ろうかを走ると、自分だけ でなく、友だちにもケガをさせ てしまうかもしれません。休 み時間が終わるときや授業で 移動するときも、時間に余裕 を持って動きましょう。 
3 	言葉づかいに 注意！ 	仲のいい友だちでも、言 われて傷つく言葉があり ます。嫌な思いをさせて しまったときは、素直に 「ごめんなさい」と言い ましょう。 ごめんなさい 