

ほけんだより

平成27年5月13日
糸魚川市立磯部小学校
保健室

新学期が始まり、1ヶ月が経ちました。みなさん、ゴールデンウィークはどのように過ごしましたか。連休の過ごし方は人それぞれだとは思いますが、体を休ませることはできたでしょうか。学校では風邪気味の人少しみられます。運動会にむけて、十分な睡眠と休養をとり、体調を整えてください。

5月の健康診断

14日(木) 尿検査 … おしっこを作っている腎臓の働きを調べます。朝、起きたらすぐにトイレにいき、おしっこをとりましょう。

21日(木) 内科検診 … 聴診器を当てて、体を調べます。
また、体のゆがみがないかどうか姿勢を見てもらいます。



27日(水)、28日(木)

ぎょう虫検査 … 27日と28日の2日間、検査します。朝、うんちをする前に専用のセロハンテープをおしりにペタッとはりましょう。

28日(木) 尿検査(二次) … 一次に出せなかった人が、おしっこをとります。

運動会にむけて、衛生チェックをしよう★

みなさん、運動会練習を毎日がんばっていますね。いよいよ来週末は本番ですね！さて、練習後の汗の始末はしっかりとできていますか。つめは長くありませんか。

○汗をしっかりとふかずにいると・・・体が冷えて風邪をひいてしまいます。また、いやな臭いの原因になることもあります。

○つめが長いと・・・友達にけがをさせてしまう原因になります。

