



令和8年5月1日  
宗岡第二小学校 保健室  
(親子で読むほけんだより)

## ＜5月の保健目標＞ 健康なからだをつくろう

5月5日は『こどもの日』。子どもたちが元気に育ち、大きくなったことをお祝いする日です。こいのぼりを飾るお家もあるのではないのでしょうか。どうしてこいのぼりを飾るか知っていますか？それは、鯉という魚は流れが強く速い川でも泳ぎ、滝までものぼってしまうような魚で、そんな鯉のように、子どもたちが元気にたくましく育つ願いがこめられているからです。みなさんも、鯉に負けないぐらい、外で遊び、バランスよく食事をとって、早寝早起きを意識してぜひ5月は生活してみてください。

### てあら 手洗いうがいをしっかりしよう

よごれがつきやすいところを しっかりあらおう！



うがいをするときは  
ひくいところで  
しましょう



### 保護者の方へ

#### 定期健康診断の受診勧告書について

歯科検診・尿検査は全員にお知らせが配布されます。それ以外の検査については受診が必要な児童のみお知らせが出ます。また、視力・聴力検査の受診勧告書は、眼科検診・耳鼻科検診が終了してから配布しますのでご理解ご協力お願いいたします。

# 5月の予定



## 大切なお知らせ

11日(月)	しりよくちようりよく けんさ ぼぶら 視力聴力検査 ポプラ
12日(火)	ちようりよくけんさ ねん 聴力検査12年
13日(水)	ちようりよくけんさ ねん 聴力検査35年
15日(金)	しどう ねんせい ブラッシング指導ポプラ2・4・6年生
19日(火)	じびかけんしん じ ぶん 耳鼻科検診8時50分～ しんぞうけんしんよびび じはん じ 心臓検診予備日9時半～10時 かいじょう しきしそうごうふくし 会場: 志木市総合福祉センター
26日(火)	がんかけんしん じ 眼科検診14時～
28日(木)	にようけんさ じ かいしゅうび 尿検査2次回収日
29日(金)	にようけんさ じ かいしゅう よびび 尿検査2次回収予備日

### 健康診断予備日について

心臓検診・結核検診・脊柱側弯症検診の予備日については、保護者の方に検査会場まで連れて行っていただく必要があります。学校から場所と日時を記載した用紙を配付しますので、必ず受診するようお願いいたします。

※結核検診については、予備日に限らず、保護者の付き添いが必要です。ご協力をお願いします。

## ポプラ・2・4・6年生のブラッシング指導があります



日 時 : 5月15日(金) 2・3・4時間目  
対象学年 : ポプラ・2・4・6年生  
指導内容 : 正しい歯の磨き方(歯垢染め出しをおこないます)  
※6年生のみ位相差顕微鏡(歯垢の中の菌を見る顕微鏡)を使用します。

持ち物 : ①歯ブラシ ②コップ(携帯用の小さなコップ×)  
③手鏡(できればスタンドタイプのもの) ④汚れてもいいロングタオル  
⑤洗濯ばさみ2個

## 保冷剤の寄付をお願いします!

保健室では、熱中症対策やけがの手当てでたくさんの保冷剤を使用します。もしご家庭に余っている保冷剤がありましたら、ぜひ保健室に寄付をお願いいたします。

※手のひらサイズの保冷剤だと小さな子どもたちでも扱いやすいです!

よろしく  
お願いします

COOL