

# ほけんだより5月

令和7年5月1日  
石仏小学校 保健室

## 気温の変化には



毎日、朝と昼の気温の差が大きいですね。登下校中の肌寒いときや、クーラーを使いたして風が当たって寒いときに、薄手の上着を準備しておきましょう。

また、急な暑さで朝から水筒が空っぽになる人がいます。そろそろ大きめの水筒に変えましょう。

## 上着の「オン」「オフ」で！

保健室では水筒が空っぽになってしまった人のために、新しいペットボトルを準備しています。保健室でペットボトルをもらった人は、

家にある未開封のペットボトル（水かお茶）を保健室に返してください。もちろん、学校の水道もきちんと検査をしていて、安全に飲むことができます。



## 5月の保健行事

|                   |                      |
|-------------------|----------------------|
| 5月1日…心臓検診（1,4年生）  | 5月16日…尿検査予備日         |
| 5月2日…耳鼻科検診（1,4年生） | 5月22日…眼科検診（1年生と抽出児童） |
| 5月14日…内科健診（全児童）   | 5月30日…歯科検診（全児童）      |

## 身のまわりの清潔を保とう！

こちよいシーズンを快適に楽しむために、身のまわりの清潔にも気を配ってくださいね。



脱ぎ着のしやすい服を選んで、急な気温の変化に対応しよう。



清潔なハンカチやタオルを持ち歩いて、汗のしまつはしっかりと。



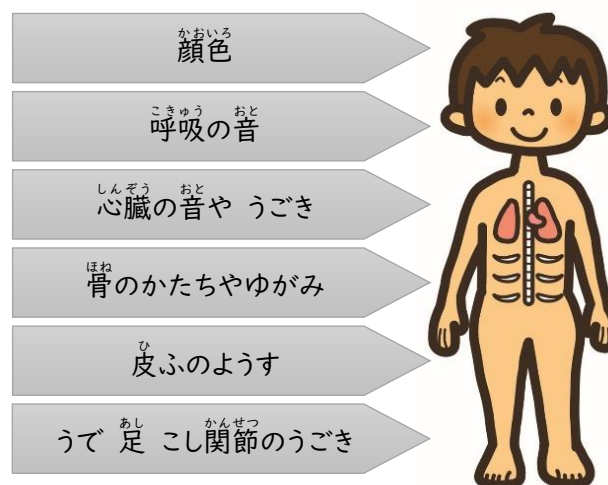
気温も上がり、汗ばむ季節。下着やジャージ等はこまめに洗濯。



清潔な服のほうが汗の吸収もよく衛生的で気分もよいね。

## 内科健診について

内科健診は左の図のような体のようすを、学校医の先生がみてくれます。大事な検査なので、体操服を脱いでおこないます。456年生の女子は体操服（下着なし）を着たままで、女の先生が服をめくる補助をします。（特に背中での聴診と、骨のゆがみを見るとき）健診のときはついたてをして、人から見えな



もしも、どうしても服を脱いで健診を受けられない場合は、補助の先生に伝えてください。

## ひやくにちぜき ちゅうい 百日咳に注意

はじまりはかぜの症状ですが、だんだん咳の回数がふえて激しくなります。短い咳が連続的に起こり、息を吸うときに笛のようなヒューという音がでることが特徴です。この咳が2～3週間続きます。

大阪府では特に9～14歳に多く、咳が長引くときは病院を受診しましょう。予防は風邪と同じで手洗いうがいです。こまめに手を洗いましょう。

百日咳は「学校において予防すべき感染症」で、学校をお休みしない

といけません。もしも百日咳と診断されたときは、学校にお知らせしてください。（※登校するときには病院で書いてもらう「意見書」が必要です。詳しくは裏面を見てください）



## おうちの方へ

- ・心臓検診（1,4年生）も上半身、衣服を脱いで検診します。
- ・内科健診が13:30～のため、下校時間が遅くなる場合があります。
- ・健康診断の結果は、お知らせすることがあった場合のみ連絡します。
- ・健康診断の結果によっては、プールに入れない場合がありますので、お知らせをもらったらすみやかに受診をお願いします。

