

ほけんだより 5月

令和6年4月30日
玉里学園義務教育学校
保健室

しんがつき はし
新学期が始まって1か月がたちました。かんきょう か つか で
環境が変わって、疲れが出てくる
ころ やす じぶん あ かいしょうほう み
頃です。ゆっくり休んだり、自分に合ったストレス解消法を見つけたりして
みましよう。

れんしゅう はし げんき れんしゅう
スポーツフェスティバルの練習も始まります。けがをしないで元気に練習
できるよう、はやね はやお あさ とく
早寝・早起き・朝ごはんに取り組みたいですね。



こんな日は 熱中症 にご用心

しつど たか ひ
湿度が高い日

かぜ よわ
風が弱く、
ひざしが強い日

きゅう
急に
あつ ひ
暑くなった日

からだ あつ な
体がまだ暑さに慣れていないこの時期、
きゅう うんどう ねつちゅうしやう きけん
急な運動をすると熱中症の危険があります。

- こまめな水分補給
- タオルで汗をふく
- ぼうし 帽子をかぶる



いま
今からしっかり
たいさく
対策しましょう

5月の健康診断の予定

- 5月 1日(水) 尿検査未提出者予備日
4/18の未提出者(8:30までに保健室へ)
- 5月21日(火) 内科検診 1~4年生 13:00~15:00
- 5月24日(金) 尿検査2次検査...該当者(8:30までに保健室へ)



保護者の皆様へ

4/19(金)に、視力検査の結果と聴力検査の結果を配付しました。
視力検査は、「B」以下の場合、聴力検査は該当者にだけお知らせを配りました。お手紙が無ければ問題なしということです。
見えづらい、聞き取りづらいと授業にも集中することができませんし、
登下校でも危険な場合があります。早めの受診をお勧めします。

