

のびのび

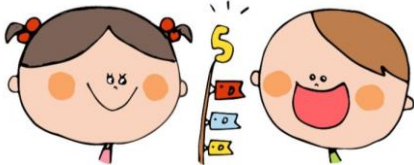
長久手小学校
保健室
令和4年5月



新学期が始まって1か月！

あたらしいがくねん
新しい学年やクラスにはなれましたか？
おおかんきょうへんか
大きな環境の変化の中でがんばってきて、
そろそろつかで
そろそろ疲れが出てくる人もいます。おち
す。こころからだ
心と体をしっかり休めて、きぶんをリフ
レッシュしてくださいね。かんせんしょうよぼうたいさく
感染症予防対策
もわすれずに！

がつ ほけんもくひょう
5月の保健目標
からだ
じょうぶな体をつくろう！



がつかんこうしんだんにってい
《5月の健康診断の日程》

月	火	水	木	金
2	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6
9 とうはつけんさ ねん 頭髪検査 1年	10 とうはつけんさ ねん 頭髪検査 2年 にょうけんさかいしゅう 尿検査回収	11 とうはつけんさ ねん 頭髪検査 3年	12 しんでんずけんさ ねん 心電図検査 1・4年	13 じびかけんしん 耳鼻科検診 とくし ねん 特支、2・5・6年
16 とうはつけんさ ねん 頭髪検査 4年	17 とうはつけんさ ねん 頭髪検査 5年	18	19 とうはつけんさ ねん 頭髪検査 6年	20 ないかけんしん 内科検診 とくし ねん 特支、2・4・6年
23 	24 にょうけんさにじかいしゅう 尿検査二次回収	25	26	27 ないかけんしん 内科検診 ねん 1・3・5年

・ ・ * * おうちの方へ * * ・ ・

頭髪検査について

アタマジラミの卵（疑い）と判断した場合、家庭連絡をさせていただきます。薬局で駆除用シャンプーを購入して使用する、髪の毛についている卵を取り除く（専用のくしもあります）などして、駆除をお願いいたします。また、ご家庭でもお子さんの髪をよく見ていただくよう、ご協力をお願いいたします。



熱中症予防について

季節の変わり目で寒暖差が大きい日があります。朝は涼しいと思っていても、日中は気温が上がり、夏日のような日も増えてきました。時々、下校前に水筒のお茶がなくなってしまったというお子さんがいます。今年の夏は特に暑くなるそうですので、下校までしっかり水分補給ができるよう、十分な量のお茶を持たせていただきますようお願いいたします。



おうちの方へ

タブレット端末の使用についての保健指導を行います

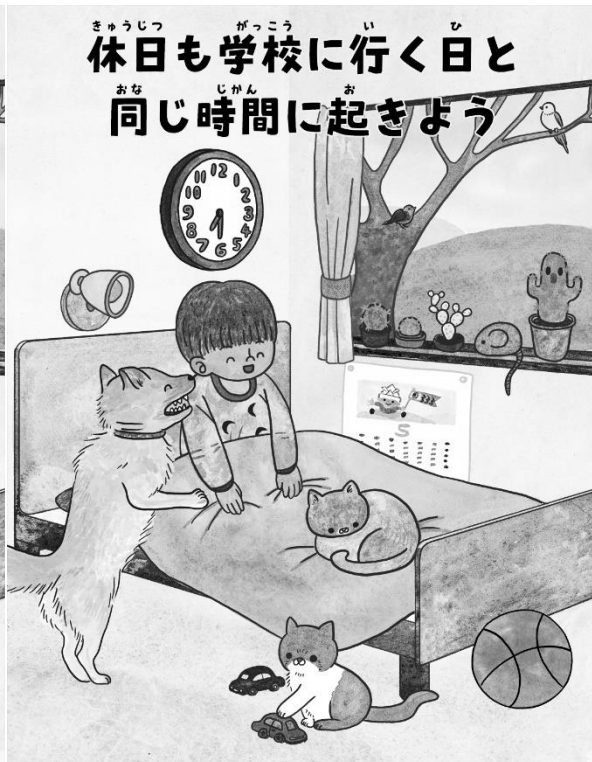
GIGA スクール構想がスタートし、長久手市内の小中学校でも児童生徒に一人一台のタブレット端末の配付が実現されました。授業や課題作成などで有効活用され、タブレット端末の使用が毎日の生活の中で切っても切り離せないものとなっています。そんな中で、目や心身の健康面への影響が心配されています。そこで、タブレット端末を使用するときのルールや目の休憩の仕方などについて保健指導を行うことにしました。児童が自ら健康を維持できる行動をとれるようにすることがねらいです。学校とご家庭で足並みを揃えて取り組んでいけたらと考えています。ご協力をよろしくお願いいたします。

<学校での指導内容>

- 正しい姿勢をしよう (いすに深く座って床に足をつける、目線と画面は直角、目と画面の距離は 30cm 以上離すなど)
- 部屋と画面の明るさを調節しよう
- 30分に1回は20秒以上遠くを見て目を休めよう
- 目の体操をしたり、まばたきをしたりしよう (眼精疲労や目が濁くのを防ぐ)
- 休み時間は外で体を動かそう

まちがいさがし⑦

7つのまちがいをさがそう!



向
ひたひた
の長さ
左
か
お
おきもの
置物の
のしっぽ
の柄
パジャマの
表情
ひょうじょう
のネコの
上の
ベットの
数
ミニ
カーの
数
カレン
ダーの
鯉の
ぼりの
数
ねずみ
の形の
3番
目の
サボ
テンの
形