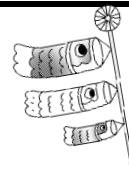
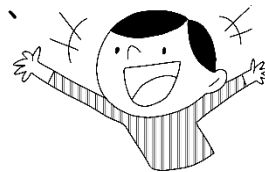


すこやか

吉田小学校保健室
第 2 号
2026.5.1



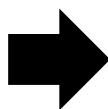
入学、進級をして、1か月がたとうとしています。新しいクラスの仲間や先生といっしょに、新しい勉強をがんばった1か月でしたね。ゴールデンウィークが始まります。ゆっくり休んでつかれをとったり、好きなことをしてリフレッシュしたり、たくさんエネルギーをチャージしましょう。事故なく、けがなく、病気なく、楽しい連休にしましょう！



もうすぐ運動会です！

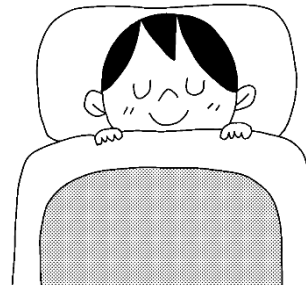
運動会の練習でも本番でも力を十分にはききするために、体調をしっかりと整えましょう。そのためには、3食しっかりごはんを食べて、たくさんねることが大切です。体調が整うと、集中力がアップして、けがの予防にもなります。

運動会で力を
はききするために…



しっかり食べる

たくさんねる

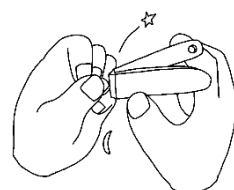


運動会の練習などで、外で活動することが増えています。体が暑さに慣れていない間は、気温があまり高なくても熱中症になってしまうことがあります。こまめに



水分ほきゅうができるように、**水とうをも持ってくることをおすすめします。**

つめはのびていませんか？つめがのびていると、ものが当たったときにつめが割れたり、ほかの人にぶつかったときに傷つけたりしてしまうことがあります。自分や周りの人がけがをしないように、**つめを切って短くしておきましょう。**



げん き す も もの かく にん 元気に過ごすための持ち物を確認しよう！

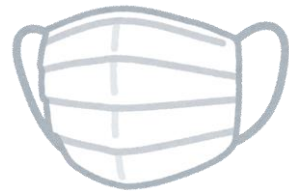
① ハンカチ



② ティッシュ



③ マスク



ハンカチ、ティッシュ、マスクは、毎日使うものです。忘れずに持ってきましょう。
とくに、マスクを忘れる人がとても多く、保健室にマスクをもらいに来る人が増えていま
す。保健室のマスクも限りがあるので、忘れてしまったときのために、予備をランドセルの中
に用意しておくようにしましょう。

お知らせ

★心電図検査と尿検査の日程が決まりました。後日、お便りで詳細をお知らせします。

心電図検査 5月25日(月) 対象：1年生

尿検査 5月27日(水) 対象：全学年

★4月の身体測定で視力検査を行いました。結果は、6月の眼科検診後に配付予定です。視力低下が心配で早めに受診をしたい等、検査の結果を知りたい場合は、ご連絡ください。

