

2022. 5. 12
富士見台小学校
保健室
No. 2

ほけんだより

新学期が始まって1ヶ月が経ちました。新しい学年には慣れましたか？この時期は今までが
んばってきた疲れが出やすくなります。すいみんを多めにとったり、好きな遊びで楽しんだり
して、ゆっくりリラックスできる時間を作りましょう！

急な暑さに注意しよう！

5月に入り、寒暖差が大きい日も増えてきました。温度調節ができるようにしておきましょ
う！



脱ぎ着のしやすい服で
体感温度を調節しよう



汗をかいたら清潔な
タオルやハンカチでふこう



気温が高いときは
こまめに水分補給をしよう



外出のときは帽子をかぶり
紫外線を避けよう

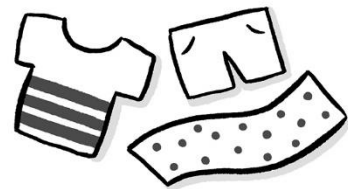


春夏の衣服におすすめの素材とは!?

5月になると、日差しが強くなり、暑く感じる日も増えてきます。この時
季をなるべく快適に過ごすために、衣服の素材に目を向けてみませんか。



衣類に最も多く使われている素材。肌触りが良く、
吸湿性や通気性に優れているため、Tシャツやブラ
ウス、下着、タオルなど幅広く使われている。



通気性がよ
く、涼しい着
心地が特徴。



化学繊維の中でよく使われている素材。綿が混ざったも
のもある。最近、汗を吸っても素早く乾いて、サラッ
とした着心地が続く「ドライ（速乾）Tシャツ」も人気。

おうちの方へ

健康診断の結果について

検診や検査が終了後、受診の必要なお子さまには「結果のお知らせ」をお渡ししてい
ます。早めに医療機関を受診するようお願いいたします。

なお、学校の健康診断は、スクリーニングとって、病気、異常の「疑い」があるケ
ースを見つけ出すものです。受診の結果「異常なし」と診断されることもあります
が、ご了承ください。



定期的を受診されている方は、
次回受診されたときの結果を
お知らせください。

学校でけがをして病院を受診された方へ

学校でけがをして、病院などを受診された場合、日本スポーツ振
興センターの災害共済給付制度の対象となります。受診された場
合は用紙をお渡ししますので、学校までご連絡く
ださい。すでに用紙を受けとられている方は、必要書類の提出を
お願いいたします。



色覚検査を実施します

定期健康診断の必須項目ではありませんが、保護者の方の
ご希望により行いますので、5月16日（月）までに
連絡帳にて担任を通してお申し出ください。

