

5月

# ほけんだより

令和8年5月1日

中能登町立鹿西小学校  
お子様と一緒に読んで  
ください。

## 季節が変わっていきよ

急な暑さに備えた対策を心がけよう

寒暖の差がはげしい時期です。熱中症にならないように注意して生活してください。



脱ぎ着のしやすい服装で、  
体感温度を調節しましょう



気温が高いときは  
のどがかわく前に水分補給を



外出するときは帽子や日傘で  
紫外線をさけましょう



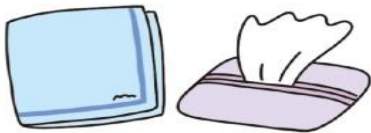
すいとうを  
もってこよう

天気予報をチェック



## 身だしなみ せいけつ チェック!

□ハンカチ・ティッシュは  
持っていますか?



□手・足のツメは  
のびていませんか?



□きれいな「はだ着」を  
つけていますか?



□前がみがのびて  
目にかかっていませんか?



□石けんを使って  
手を洗っていますか?



□汗をかいたらこまめに  
着がえていますか?



月曜日の朝にしている「清潔けんさ」  
「ハンカチ、ティッシュ、手の爪・歯みがきセット」  
どれも必要なものです。  
けんさがなくても、わすれなごうください。

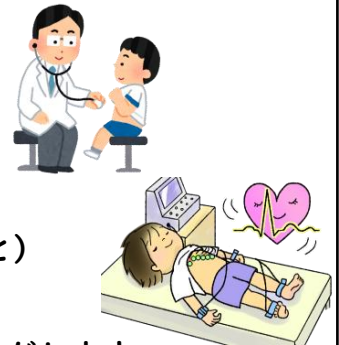


# 健康診断 まだまだ 続きます

内科健診 5月14日(木) 1・3・5年生 13:30～

心電図検査 5月26日(火) 1年生 9:20～

当日、受けられなかった人は、  
6月5日(金)9:30～ラピア鹿島 (お家の人と)



尿検査1次提出日 5月20日(水) 全校 朝教室にだします

尿検査1次・2次提出日 6月5日(金) 1次未提出者と2次検査対象者

尿検査2次提出日 6月23日(火) 2次検査対象者



◎健康診断日に受診できなかった人は、お家の人と指定の医療機関で受けることができます。  
受診の案内を、後日おわたしします。それを持って受診してください。(6月すぎになります。)

## 保護者の方へ ～健康診断結果を確認しましょう～

保健室から、健康診断の結果をもとに、子どもたちには個別に医療機関の受診・治療のすすめについて伝えています。学校での健康診断は、医療機関への受診や治療が必要かもしれないケースを見出すものであり、すぐに病気と診断されるものではありません。しかし、学校医からの「医療機関を受診・治療したほうがよい」というアドバイスは大切です。

お子さんを通じて、「受診・治療のお知らせ」を受け取られましたら、すみやかに受診・治療をお願いします。



「健康診断結果」は、5月連休明けに、  
お子さんを通じてお渡しします。

