



新学期が始まって1か月が経ちました。環境が変わって、新しい出会いにドキドキしたりワクワクしたりしながらも慣れてきたころだと思えます。でも、ストレスや不安を感じることもあり、疲れが出てくる時期でもあると思えます。ゴールデンウィークの間も、規則正しい生活に3食ごはんをしっかりと食べて体の調子を整え、ゆっくりする時間を取って心も整えましょう。連休明けに元気なみなさんに会えるのを楽しみにしています。



## がつ けんこうしんだんについて 5月 健康診断日程

※日程が変更する可能性もあります。

月 日 (曜)	項 目	時 間	対 象
4～6月	色覚検査		4年生希望者
5月 1日 (木)	歯科検診	9:00～11:15	おおぞら・そよかぜ・2・4・6年生
13日 (火)	脊柱側わん症検診1次	8:50～12:00 13:00～13:40	5年生
15日 (木)	歯科検診	9:00～11:15	1・3・5年・前回欠席者
19日 (月)	眼科検診	13:00～14:20	1・4年生
26日 (月)	内科検診	13:00～14:20	4・6年生
27日 (火)	尿検査2次 (予備日28日・6月5日)	8:30回収	該当者

健康診断で所見があった場合は、治療勧告書を配付します。用紙をもらった人は自分の健康のために早めに受診しましょう。所見のない人を含め、結果をまとめた「健康の記録」は、1学期の健康診断が終了してから7月頃に配付します。



## まいしゅうすいようび えいせい 毎週水曜日は衛生チェックの日です

小倉台小学校は毎週水曜日に、衛生チェックを行っています。

- ① 毎日きれいなハンカチを持ってきているか
- ② ティッシュを持ってきているか
- ③ 爪を切っているか

の3つを確認しています。このチェックしている3つのことは、水曜日だけでなく毎日自分でチェックするようにしましょうね。





5月の保健目標

規則正しい生活をしよう



この保健だよりの最初にも書いたように、新学期の疲れが出てくる時期です。ゴールデンウィークで生活リズムがくずれないように、みんなで規則正しい生活を心がけましょう。



決まった時間に起きよう



3食しっかり食べよう



決まった時間に寝よう



夜更かしすぎない

### 保護者の方へ 出席停止の際の学校への提出書類について

感染症と診断された場合、出席停止になりますので、学校までご連絡ください。登校する時は、療養報告書が必要になります。インフルエンザと新型コロナウイルス感染症はそれぞれ保護者の方に記入していただく用紙になります。この2つ以外の感染症は医師と保護者の方に記入していただく用紙になります。

インフルエンザ	新型コロナウイルス感染症	その他の感染症
		
<p>保護者が記入し、学校へ提出</p>		<p>医師と保護者が記入し、学校へ提出 ※医師の記入にかかる文書料は保護者負担になります。</p>

これらの用紙は、小倉台小学校のホームページからデータがダウンロードできます。ご家庭で印刷をし、必要事項を記入した上で、学校へ提出してください。

☆データの場所☆ 小倉台小学校ホームページ→各種ダウンロード→出席停止書類

この QR コードからダウンロードページにアクセスすることができます。

※2025年4月22日現在

