

# ほけんだより 5月

この時期は、今まで緊張していた分の疲れが出るところでもあります。疲れをとるためにたくさん寝た方がいいと思いがちですが、実はずっと寝ていたらいいわけでもありません。疲れを残さないようにするには、規則正しい生活が大事です。連休中も規則正しい生活をするよう気をつけて、連休明けに元気なスタートをきりましょう。

# 連休 どのように過ごす？

# ☆ よい生活リズムをつくるために ☆



4月当初から、健康診断に関する調査  
票や問診票のご提出をありがとうございました。  
検診の結果、再検査や治療が必要な場合には、お知らせをお渡しします。主治医の先生へのご相談や専門医の受診をお願いします。なお、受診結果は学校へお知らせください。

# 令和7年4月24日 いたの 板野支援学校 だいほけんしつ 第1保健室

## ☆ 健康診断の予定

項目	日 にち	対 象	内 容・注 意 事 項
内科検診 	がつ ここの か きん 5月 9 日(金) 13:30~	こう とう ぶ 高等部	えい よう じょう たい 栄養 状態や内臓に異常がない か調べます。
	がつ にち もく 5月 15 日(木) 10:00~	ちゅう がく ぶ 中学部	せい けつ ※からだを清潔にしておきま しょう。
	がつ にち すい 5月 21 日(水) 10:00~	しょう がく ぶ 小学部	
耳鼻科検診 	がつ ついたち もく 5月 1 日(木) 10:00~	ちゅう がく ぶ 中学部	はな みみ い じょう 鼻や耳に異常がないか調べま す。
	がつ よう か もく 5月 8 日(木) 10:00~	しょう がく ぶ 小学部	
歯科検診 	がつ にち もく 5月 22 日(木) 10:00~	ぜん がく ぶ 全学部	ば し せき は なら し にく むし歯や歯石、歯並びや歯肉 に異常がないか調べます。 ※歯みがきをしておきましょ う。
尿検査 	がつ にち すい 5月 14 日(水) (2回目)	がい とう しゃのみ 該当者のみ (前回未提出の ひと)	じん ぞう はたら い じょう 腎臓の働きに異常がないか、 尿に糖が出ていないか調べま す。
	がつ にち すい 6月 4 日(水) (最 終 日)	じ けん さ たい 人や2次検査対 象者)	

※ 検診の前日には、もう一度注意事項を  
ご確認ください。検診のことでわからな  
いことがありましたら、第1保健室まで  
お知らせください。



### \* \* 5月の保健行事 \* \*

なのか  
**7日**  
 にち  
 12~16日  
 にち  
 22日  
 せいとほけんきゅうしょくいいんかい  
 たいじゅうそくてい  
**体重測定**  
 shiyou tai onn miyaku haku soku tei  
**(小) 体温・脈拍測定**  
 生徒保健給食委員会 (プリント配付)

