ほけんだより5月

和光市立本町小学校
保健室
令和５年５月１日
No. ２

新年度が始まって一か月。元気に過ごしている人が多い一方、やる気がダウンしてボーっとしてしまっている人もいるのではないでしょうか。「5月病」なんて言われたりしますが、ちょっとおかしいなとおもったら、親しい人にモヤモヤを吐き出したり、睡眠をたっぷりとってみたり・・・環境の変化の中で頑張ってきた人も、少し休憩してみましょうね。

健康診断の結果から生活をふりかえってみよう

長時間、
ゲーム機やスマホを
使っていませんか？

食後に歯みがきは
していますか？

イヤホンなどで
長時間、音楽を
聞いていませんか？

◎歯・口の健康に関する図画・ポスター及び健康啓発標語の募集◎

埼玉県歯科医師会からの募集についてお知らせします。ぜひ挑戦してみてください。学校から選出された作品は、朝霞地区歯科医師会で審査され、更に選出されると県の審査会に進みます。

―注意事項―　「虫歯」ではなく「むし歯」と書くこと（言葉を使う場合）。

図画・ポスター

○Ｂ３（四ツ切）　←画用紙を渡します。保健室まで取りに来てください。

○図画は「絵」のみ。ポスターは「言葉」を入れる。

健康啓発標語

○考えた標語を保健室にある用紙に記入し、提出してください。（休み時間に記入にきてね）

○「５・７・５」の形式で作成してください。字余り及び字足らずは可です。

歯科保健の向上に繋がるようなユニークかつ生涯にわたってのスローガンになるようなものを考えてみてください。

4月　発育測定の結果（平均）

学年	性別	身長　ｃｍ	体重　ｋｇ
１年	男子	118.1	21.8
	女子	116.2	20.2
２年	男子	125.4	24.8
	女子	122.3	23.8
３年	男子	129.7	28.4
	女子	126.4	26.4
４年	男子	135.0	31.6
	女子	137.1	32.3
５年	男子	141.0	34.2
	女子	140.3	34.8
６年	男子	147.9	39.2
	女子	150.6	41.3

＊体の成長には個人差があります。成長の仕方は一人ひとり違うのも自然なことです。他の人と比べたりする必要はありません。
＊定期健康診断の全ての結果については、すべての健康診断が終わり次第、お渡しします。

５月の保健行事

健診	日時	学年	連絡事項
耳鼻科検診	５月１日（月） ５月２日（火）	全学年	
内科検診 （修学旅行事前検診を含む）	５月１２日（金）	全学年	体育着を忘れずに！
眼科検診	５月２３日（火）	全学年	
歯科健診	５月２９日（月）	全学年	

※ 学校での検査・校医さんによる検診で、所見がみられた場合のみ、学校からお知らせを配付いたします。治療が必要な場合には、早めに医療機関を受診していただくよう、お願いいたします。
※ 視力検査の結果は眼科検診終了後、配付します。