



ほんのりと色づいたあたたかな春が過ぎると、さわやかな風が吹き初夏の気配がしてきます。5月になると夏への期待もふくらんで、からだも心もいきいきしてきますね。ただし、新年度が始まって1ヶ月、今まで緊張していた分の疲れが出て、ケガをしたり、体調をくずしやすいときです。元気に過ごせるように、規則正しい生活を心がけましょう。



滝野小学校 保健室  
H30. 5. 9

## 身のまわりの清潔に気をつけよう!!

身のまわりの清潔習慣、自分は平気でもまわりの人からみると気になることもあります。

### ●1日1回 せいけつチェック●

- 顔はきれいに洗えていますか？  
まん中だけではなく、顔全体を洗ってね。
- つめはのびていませんか？  
折れたり、ひっかけたり、思いがけないけがの原因になるので気をつけましょう。
- ハンカチ・ちり紙は持っていますか？  
ハンカチは「昨日の」ではなく、「今日の」をね。
- 歯はきれいにみがけていますか？  
1日3回、3分間ずつ、忘れないでね。
- 手は汚れていませんか？  
汚れた手は、バイキンの運び屋です。



## 手を洗ったあとは…?

清潔に過ごすために、手洗いは欠かせません。おやおや、でもみんなには、手を洗ったあとに使う○○○○がないみたい…!?

ぬれた手で  
髪型を整えるよ。  
手も乾くし  
一石二鳥なの

手を洗ったあとは、いつも  
服でふいてるよ!

昨日使ったけど、  
今日も同じもので  
大丈夫だよ!



みんなに足りないモノ…それは「ハンカチ」。服や髪、洗  
濯していないハンカチには雑菌がいて、せっか  
く洗った手が台無しです。手洗いと同じくらい、  
ハンカチも大切! 覚えておいてくださいね。



### お家の方へ

### 健康診断の結果について

4月から健康診断を実施しています。結果がでているものもありますが、原則として異常があった場合のみ、お知らせを発行しています。そうでない場合は、学期末に健康の記録でお知らせいたします。

学校で行う健康診断は、病気や異常の疑いを発見することが目的です。治療の  
おすすめの用紙をもらった人は、早めに医療機関で受診してください。



### ◆4月の感染症

流行性耳下腺炎  
(おたふくかぜ) …… 1人

### ◆4月の保健室利用状況

けが	で利用した人	38人
びょうき	で利用した人	14人
合計		52人