ほけんだより 5月

令和5年5月8日
茨城県立鹿島特別支援学校

新緑の5月、木々の緑が一段ときれいに見える気持ちのいい季節ですね。
大型連休からスタートする今月は、生活リズムが崩れがちです。「早寝・早起き・朝ごはん」をはじめとした生活習慣を見直して、体の調子を整えていきましょう。

～今月の保健目標　体を清潔にしよう～

清潔の習慣を当たり前にしよう！ 清潔な習慣が身に付くと、毎日すっきりした気持ちで過ごせます。

□ 下着は着けていますか。　□ お風呂に入っていますか。　□ 爪はのびていませんか。

健康診断の予定

5月10日（水）	視力・聴力検査（中3、中2）
5月11日（木）	歯科検診（高3、高2、高1、スマイル）
5月11日（木）	内科検診（えがお、中2、中3）
5月12日（金）	内科検診（小1、小3、小6）
5月15日（月）	視力・聴力検査（中1）
5月16日（火）	視力・聴力検査（小5、小6）
5月18日（木）	AM：歯科検診（小5、小6、にこにこ、ほほえみ、えがお、中2、中3） PM：耳鼻科検診（小1、高2）
5月22日（月）	視力・聴力検査（小3、小4）
5月23日（火）	視力・聴力検査（小2）
5月24日（水）	視力・聴力検査（小1）
5月25日（木）	AM：歯科検診（小1、小2、小3、小4、中1） PM：耳鼻科健診（スマイル、高1）
5月26日（金）	視力・聴力検査（にこにこ、ほほえみ、えがお、スマイル）
5月30日（火）	内科検診（ほほえみ、小 2、小4）

どんなことを調べるの？

〈内科検診〉
背骨が曲がっていないか、心臓の音や呼吸のようす、皮膚のようす、栄養状態を調べます。

〈歯科検診〉
歯や歯ぐきの病気がないか、歯並びやかみ合わせのようすを調べます。歯科検診当日の朝、普段よりていねいに歯みがきをしましょう。

〈耳鼻科検診〉
耳・鼻・のどに病気がないか調べます。耳鼻科検診の前日に、耳そうじをしておくといいでしょう。

～保護者の方にお知らせ～

◆日本スポーツ振興センター災害共済給付制度　掛金の口座引き落としについて

4月中に加入同意書と一緒にお知らせしましたが、掛金が口座引き落としになります（5月 25 日予定）。後程ご確認ください。　**【掛金（一人あたり）】 小学部・中学部　460 円　　高等部 1,920 円**

◆健康診断　結果のお知らせについて

各検診で、再検査や受診が必要な場合には、『治療のお知らせ』をお渡ししています。ただし、**歯科検診については、全員に検診結果を配付します。**疾患によっては、時間が経つと症状が悪化してしまうものもあります。なるべく早めに専門医や病院での受診をお勧めします。結果は担任を通して保健室にお知らせください。