



ほけんだより5月号小学部

令和6年5月20日
赤城特別支援学校保健室

新しい学年が始まり、1ヶ月が過ぎました。

ゴールデンウィークの休みも終わり、体につかれは残っていませんか？

この季節は、過ごしやすい季節ですが、朝晩と昼間の気温の差があるので体調をくずさないよう気をつけてください。



急な暑さに備えた対策を心がけよう

寒暖の差がはげしい時期です。熱中症にならないように注意して生活してください。



脱ぎ着のしやすい服装で、体感温度を調節しましょう



気温が高いときはのどがかわく前に水分補給を



外出するときは帽子や日傘で紫外線をさけましょう

5月の健康診断



○身体計測 (23日)

身長・体重・視力・聴力(1年生・3年生)などを測定します。

1年でどれだけ体が成長したのかバランスよく成長しているのか、ホワイトボードの字や教科書がよく見えているのか、聞きづらい音はないか、授業の声はよくきこえているのかなどをしらべます。



○耳鼻科健診 (27日)

耳や鼻やのどに病気がないかしらべます。

