

すこやか 5月号

令和7年 5月 2日(金)
町田市立町田第四小学校
養護教諭 三國 朱理



新年度がスタートして1か月が経ちました。児童は少し

新しい学年や先生にも慣れ、落ち着いてきたように感じます。

学校生活の中で新しいことや大きな変化があったときは、知らず知らずのうちに力が入っていて体も心も疲れやすくなります。睡眠を多めにとらせる、家族でゆっくりと食事をして会話を楽しむなど、気持ちをリラックス、リフレッシュする時間を作ることができるよう、ご家庭でもご協力をお願いいたします。

～健康診断へのご協力ありがとうございます～

4月から健康診断が続いています。各検診・検査で異常があった場合には、『健康診断結果のお知らせ』を配布します。異常がない場合は、結果をお知らせする用紙はありません(歯科のみ全員結果を配布します)。定期健康診断がすべて終了後に配布する『定期健康診断結果』をご確認ください。

また、学校では限られた時間の中でたくさんの人数を検査する集団健康診断なので、疑わしいものはすべてチェックをする方法をとっています。お知らせをもらって病院へ行き、異常なし、と診断されることもあります。学校健診のスクリーニングであることにご理解をいただき、お知らせを受け取られたら、早めの受診・治療にご協力をお願いいたします。

身のまわりの清潔を保とう！

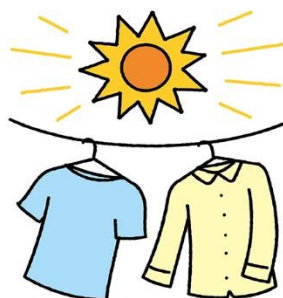
こちよいシーズンを快適に楽しむために、身のまわりの清潔にも気を配るようお願いいたします



脱ぎ着のしやすい服を選んで、急な気温の変化に対応しましょう。



清潔なハンカチやタオルを持ち歩いて、汗のしまつはしっかりと。



気温も上がり、汗ばむ季節。下着やジャージ等はこまめに洗濯。



清潔な服のほうが汗の吸収もよく衛生的で気分もよいです！