

ほけんだより 5月

平成23年5月10日
初高小学校 保健室

新しい年度が始まって、1カ月がたちました。新しいクラスにも
歩みずつ慣れてきたころではないでしょうか？ 卒まで勉強してい
たがんの疲れがでて、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、規則正しい生活をもがけましょう。

4月の保健室来室(5日~28日)

ケガ 82人 病氣 28人 計110人
そのうち学校から病院に付った群衆 7群でした。
すり傷は傷口を水道水でよく洗い、よこれをおとしてからきてね！



ケガを防ぐために

肩を丸めたりしてみて、危険な状況はないか見てみよう！



転んだ時が！ くつものは
しっかりと結びましょう

ぶつかるかも...
安全な距離をとりましょう

転ぶと危険！
空き缶などはひるっておこ

いびんでできるケガの手当てを覚えよう

すり傷

切り傷

打ち身・ねんざ



水であらってふきをと
りましょう

きれいなハンカチガーゼを
当て、血が止まるまでまとう

すぐに氷か水で冷やそう。
動かさないように

*おうちの大人と一緒に読みましょう。

健康診断のあと治療勧告書をもったら...

健康診断のあと、検査や治療などが必要な結果が
でた場合は、治療勧告書をお渡ししています。結果に
よっては時間がたつと症状が悪化することもありま
す。なるべく早めに、医療機関を受診されますよう
おすすめいたします。

※歯科検診の結果につきましては、受診したすべて
の大人にお知らせを配布しています。



きみは大丈夫かな？

五月病



新学期が始まって歩いたところ、
自分のまわりのさまざまな変化にから
だがついていけず、気持ちがなくなつ
たり、やる気がでなくなったり、悲し
んだ気持ちがずっと続く...という
ことがあります。

そんな症状がある場合は、もしか
したら五月病かもしれません。五月病
は環境の変化に慣れることが多く、ほ
とんどの場合、自然に癒えるストレスなどが原因のようです。悪いあたる
きは一人で抱えず、お父さんやお母さん、兄弟姉妹、友達、先生、もちろん
保健室にきてくれてもかまいません。まずは、まわりの大人に相談してみましょ
う。

<おうちの方へ>

*千葉県からのお知らせです。

東京都や神奈川県で麻疹(はしか)が増加しているのご注意ください。

*今年度からぎょう虫検査は1~3年生までとなりました。