



れいわ ねん がつ
令和6年5月

かしはらしりつみみなししょうがっこう
檀原市立耳成小学校

しんねんど はじ ま いっかげつ きんちよう げんき す すがた
新年度が始まり、あっという間に一か月がたちました。緊張もほぐれ、元気いっぱいにご過ごしている姿が
みられます。けれども、5月は気温の変化が大きく、また連休の疲れなどから体調をくずす人も多くなります。
はや ふとん はい じゅうぶん きゅうよう と どうこうまえ こ けんこうかんさつ ねが
～早めにお布団に入り十分な休養を取りましょう～ ～登校前のお子さんの健康観察をお願いします～

暑熱順化のすすめ

ポイント^{あせ}は汗をかくこと

すこ じつ ずつ からだを 暑さに 慣らしてい

くことを「暑熱順化」といいます。

あせ かわ とき からだの ねつ うば
汗は、乾く時にからだの熱を奪って

たいおん が あ げられないようにしています。

ねつちゅうしょうよぼう じょじょ あせ
熱中症予防のため、徐々に汗をか

いて、水分補給をする習慣をつけてい
きましょう。

ランニング

ウォーキング



おてつだい



シャワーだけじゃ
ダメ！！



ゆぶね
湯船にしっかりつ
かり、からだを芯ま
で温め汗を出す！

～色覚検査について～

しきかくけんさ

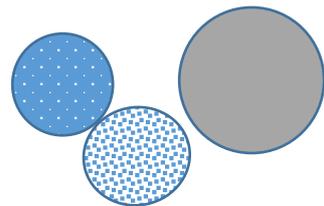
しきかくけんさ ねんせい きぼうしゃ じっし
色覚検査は4年生の希望者に実施します。

～色の見え方は色々です！～

いろ み かた いろいろ

みなさんは、自分の周りにいる人がみんな同じ色の見え方をしていると思いませんか？

もの み とき いろ かん と め もうまく すいたいさいぼう すいたいさいぼう あかたんどう みどり
物を見た時に色を感じ取っているのが目の網膜にある錐体細胞です。錐体細胞は赤担当、緑
たんどう あおたんどう さんしゅるい さいぼう かず ひと ちが いろ
担当、青担当の三種類があります。それぞれの細胞の数は人によってちょっとずつ違って、色の
み かた こじんさ み かた おな
見え方にも個人差があるといわれています。見え方はみんな同じではないんですよ。



健康診断の結果について

けんこうしんだん けっか

がつ じっし けんこうしんだん ちりょう いりようきかん くわ しんさつ ひつよう こ ちりょう し
4月から実施している健康診断で、治療や医療機関での詳しい診察が必要なお子さんには「治療のお知らせ」
をお渡します。できるだけ早めに受診し、経過や結果をお知らせください。また、医師の管理中であつたり、すで
に受診済みであつたりする場合には、保護者の方でその旨をご記入いただき提出してください。

なお、受診しても「異常なし」となることもあります。これは学校での健康診断がスクリーニング(病気・異常の
うたが 疑いがあるものを選び出す)であるためです。ご理解とご協力をお願いします。