

宮城県立古川支援学校

保健室

令和7年5月1日

5月2日は八十八夜。天気が落ち着き、田植えの準備や茶摘みなどを行うのにぴったりな時期なので、昔の人は「夏の準備を始める目安」としていたそうです。暖かい日も増えてきました。夏に向けての準備を少しずつ始めていきましょう。また、この時期は暑さに体が慣れていないため熱中症にも注意が必要です。こまめな水分補給や休憩を取りながら過ごしていきましょう。

健康診断の日程

健康診断 まだまだ続きます

○尿検査再回収日④、⑤に関しては現在調整中です。

	小学部		中学部		高等部	
日にち	行事・時間	対象学年	行事・時間	対象学年	行事・時間	対象学年
1日	尿検査回収日③(前回未提出者・二次検査対象者)					
2日	視力検査 9:45～	4・5・6年生				
7日					聴力検査 9:30～	3年生
8日					歯科検診 9:30～ (歯ブラシ持参)	全学年
9日					聴力検査 9:30～	1年生
12日			聴力検査9:40～	1・3年生		
13日	聴力検査 9:45～	1・2年生				
14日	聴力検査 9:45～	3・5年生				
16日	耳鼻科検診 9:40～	1・5年生	耳鼻科検診 9:40～	1年生	耳鼻科検診 9:30～	1・3年生
20日	歯科検診 9:30～ (歯ブラシ持参)	5・6年生	歯科検診 9:30～ (歯ブラシ持参)	全学年		
26日					結核検診(X 線) 9:45～	1年生
28日	循環器検診 9:30～	1・4年生	循環器検診 9:30～	1年生	循環器検診 9:30～	1年生



4月より定期健康診断を実施しております。事前準備等多くの御協力、誠にありがとうございます。
終了した項目ごとに結果をお渡ししております。受診や治療のお知らせが届いた際には早めの受診をおすすめいたします。受診後は、お手数ですが担任まで「受診報告書」の御提出をよろしくお願いいたします。



わかること。わからないこと。

わかる

- 体に病気や異常はないか
- バランスよく成長できているか

わからない

- 病名
- 病気や異常の原因
- 視力や聴力などの正確な数値

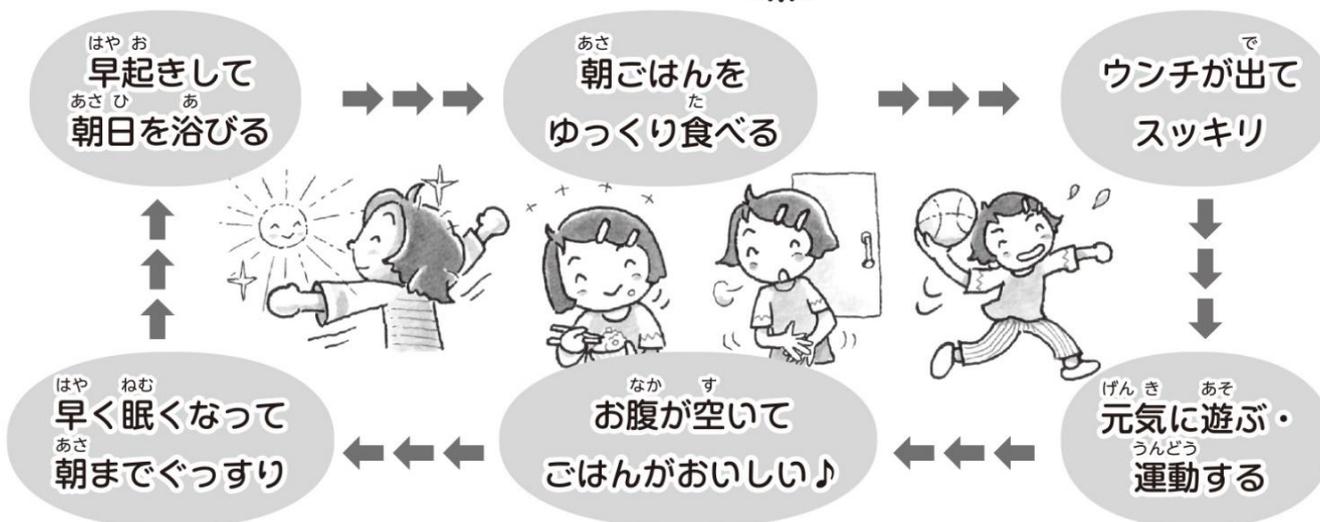
健康診断の結果は必ず確認しましょう

「受診のすすめ」をもらった人や、気になるところがある人は、早めに病院へ



5月は爽やかで過ごしやすいですが、朝晩と日中の気温差が大きく、体調を崩しやすい時期でもあります。体調を崩さず元気に過ごすコツは、「早寝・早起き・朝ご飯」です。週末からはゴールデンウィークが始まります。元気に過ごすためにもゴールデンウィーク中も心がけていきましょう。

まずは早起き！ いいリズムで毎日元気



“まずは早起き”を意識しましょう。いいリズムが生まれ、元気に過ごせますよ。