



ほけんもくひょう
5月の保健目標

せいかつ
「生活リズムをととのえよう」



しんがつき はじ げつ た ひゃくな こ げんき きも
新学期が始まって1か月が経ちます。百名っ子のみなさんの元気で気持ちいい挨拶にいつもパワーをもらっています。

いよいよゴールデンウィークの6連休ですね。睡眠(ねる時間)がたりないと体の疲れはとれなかったり、病気とたたかう力がたりず、すぐかぜをひいたりします。また、朝ごはんを食べてこないと、頭がはたらか

じゅぎょうちゅう
ず、授業中もぼーっとしてしまいます。連休中に生活リズムがくずれないように、『はやね・はやおき・朝ごはん』を心がけて過ごしましょう！

定期健康診断日程

- 5/9(月) 視力検査
- 5/11(水) 耳鼻科検診
- 5/19・20 尿・ぎょう虫検査 二次・モレ
- 5/19(木) 歯科検診
- 5/26(木) 歯科検診



※視力検査では、メガネを持っている人はメガネをつけて検査をします(矯正視力のみ)

検診日に欠席し、もれ検査等がない検診については、保護者様と児童が直接病院や検査機関に行き、検診を受けてもらいます。対象となる場合にはお知らせをお渡しします。

【新型コロナウイルス対策のご協力をお願い】

おきなわけんない
沖縄県内では、まだまだ感染状況が落ち着いていない状況にあります。

★風邪症状(咳・鼻水・頭痛・微熱など)による欠席は、出席停止となります。

★風邪症状で欠席した場合、

- ①受診をして医師の指示を確認してください。
- ②未受診の場合は、症状が改善した翌日から72時間経ってから登校再開となります。

★同居している家族(親・兄弟など)が風邪症状がある場合も、そのかたの症状が治まるまで出席停止となります。

抗原キットについて

さいきん やっきやく こうにゆう
最近、薬局などでも購入できるようになってきています。「研究用」と「医療用」の2種類があり、かくりきかん かんわ かつよう
隔離期間の緩和などに活用されているのは「医療用」のみで、購入できる薬局はまだ少ないようです。こうげん ようせい ばあい すみ びょういん じゅしん けんさ う
抗原キットで『陽性』とでた場合は、速やかに病院を受診しPCR検査を受けてください。

また、抗原キットで『陰性』とでた場合も、症状が落ち着くまでは自宅で療養し、長引くようならびょういん しんさつ けんさ う
病院で診察や検査を受けましょう。(あとから陽性になる場合もあります)