

ほけんだより



2026年 6月 1日

町田市立南第一小学校

校長 百田 明弘

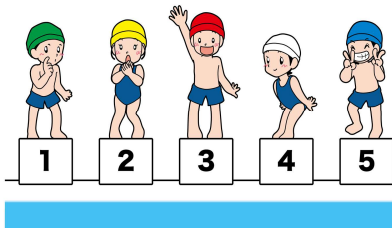
養護教諭 新井 典恵

5月から寒暖差が激しい日が続いて、本格的な夏にむけてまだ身体が暑さに慣れていないために、体調を崩す人が多くなる時期です。

高温多湿の環境下の活動では、熱中症にも十分な注意が必要となり、学校では屋外活動や休み時間の前に、暑さ指数（WBGT）測定を行っています。熱中症予防運動指針にもとづいて、校内放送で注意を呼びかけ、測定結果によっては活動中止も含めて熱中症予防対策をしています。御家庭におかれましても、基本的な生活習慣に加え、服装の調節、こまめな水分補給、登校時の帽子着用などに御配慮をお願いいたします。

校内では継続的に「**水ぼうそう**」報告が続いていて予防接種歴のある児童も罹患しています。

気温（参考）	24℃未満	24℃以上	28℃以上	31℃以上	35℃以上
暑さ指数（WBGT）	21℃未満	21℃以上 25℃未満	25℃以上 28℃未満	28℃以上 31℃未満	31℃以上
熱中症予防 運動指針	ほぼ安全 （適宜水分補給）	注意 （積極的水分補給）	警戒 （積極的な休息）	嚴重警戒 （激しい運動中止）	運動は 原則中止



水泳指導に関するお願い

プールの授業は、水温・気温の影響を受けながら、水の中で全身を使う運動で、通常の体育より体力を消耗するため、授業後に不調を訴える児童が多くなります。普段の様子とちがう

「不調」の時は、プールに入るのは控えましょう。また、当日必ず家で健康観察・検温・カード記入をして、保護者の確認の印を押したカードを、忘れずに持ってきてきましょう。

以下の点を、おうちでも、お子さんと一緒に確認してください。

- * **ばんそうこう**や湿布をはってプールにはいることはできません。ばんそうこうをはがすと血が出る、水にふれると傷口がしみるけがの場合も、プール（塩素消毒水）に入ることは控えましょう。
- * プール前のチェックで、爪が伸びている人がいます。爪がのびていると他の人を傷つけてしまうことがあります。必ずおうちで、爪のチェックをして、指先より伸び出している場合は切ってください。



健康診断
結果の
お知らせ



『**受診報告書**』の返信提出はお済みですか？

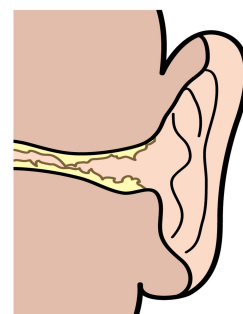
定期健康診断で「結果のお知らせ」（内科・眼科・耳鼻科）通知された児童は、水泳指導の注意や配慮を確認しています。

既に通院中または通院済みの方は、保護者が受診医療機関と医師の所見を受診報告書に転記いただき、同様に御返信ください。

～定期健康診断・校医健診より～

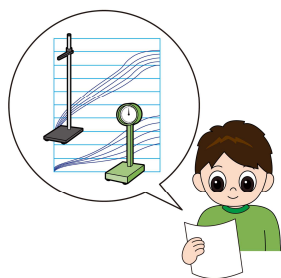
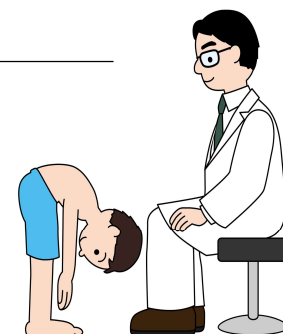
耳鼻科健診より

「**耳垢塞栓（耳あか）**」：健診で通知される「耳あか」は、鼓膜が見えないほど、たまっていて、家庭の簡単な耳掃除では処置できない、または除去の際、外耳を傷つけてしまう恐れがある場合に通知されます。プールに入り、耳あかがふやけて詰まりの原因にもなります。「耳あかくらい」と放置するのではなく、プール前に受診しておきましょう。



内科健診より

「**アトピー性皮膚炎・湿疹**」：皮膚に炎症・かきこわし所見のある児童にお知らせ通知しています。塩素消毒のプール水がしみたり、症状悪化したりすることがないか、専門医を受診し、薬の処方や塗布など、プール前に対処を確認しておきましょう。



「**脊柱側弯**」：背骨や、気をつけの姿勢にゆがみのある児童は学習や食事など、普段の生活から背筋をのばして、よい姿勢に心がけましょう。そのほか、校医が身長・体重の発育を診て、低身長・肥満などの成長のバランスに要配慮（肥満度は±30%以上）所見の児童に、成長曲線表をつけて「結果のお知らせ」を通知しています。小児生活習慣病予防を含め、主治医または専門医に相談をしましょう。

眼科健診より

眼位（内斜視・外斜視など）や目の赤みに加え「かゆみ・痛み・めやに」など眼疾患の症状を有する児童に「結果のお知らせ」通知をしています。一過性の症状に場合もありますが、校医による受診勧告のため、早めに受診してください。



歯科健診より

むし歯と合わせて、歯垢や歯肉、顎関節と歯列状況も診ていただく歯科健診。「定期的に歯医者さんに行ってるよ」という声や矯正中の児童も増えていて、口腔衛生の関心の高さを感じます。しかしながら「1日2日の汚れのつき方ではない歯垢」「前年度から未治療のまま、むし歯が進行している」状況もあり、「子どもの口の中は養育状況」

に結び付くことを指摘する歯科医の先生もいらっしゃいます。歯と口の健康は全身の健康や様々な疾患にも関わってきます。全児童に「結果のお知らせ」通知していますが、受診勧告があった児童は早め通院し、受診報告書の返信をお願いします。※9月末までに未返信の児童には再受診勧告のお知らせ通知予定です。

