

# ほけんだより



2024年5月1日  
町田市立南第四小学校  
校長 貝原 俊明  
養護教諭 実川 茜

## 5月 保健目標

病気がみつかったら  
早くなおそう

自分の健康は、自分で守るもの。  
そのために、しっかり健康診断を受け、  
自分の体の状態を知っておくようにしま  
しょう。

## 健康診断は…



## 健康診断の結果が出たら…

健康診断では、「病気の疑いのある人」にお知らせします。  
お知らせをもらった人は、病院などの医療機関で詳しく診てもらってください。  
学校での健康診断はスクリーニング(病気の疑いのある人を見付け出すもの)  
なので、受診の結果「異常なし」と診断されることもあります。  
むし歯や視力低下などの場合は、先延ばしにしないで、すぐに治療したり、  
眼鏡を作ったりするなど対処することが大切です。



## 5月は新生活の疲れが出やすい時期です

なやみや不安があると、気持ちが落ち込むだけでなく、おなかが痛くなったり、眠れなくなったりすることがあります。一人で考えすぎず、お家の人や先生、スクールカウンセラーの先生など、近くの大人に話してみ  
ましょう。



お家の人



先生



スクールカウンセラーの先生

## 気温が高い日が多くなってきました。こまめに水分補給をしましょう!!

気温が上がり暑くなった日に、「中休み前には水筒が空になってしまった!」という人がいました。水筒の  
サイズについてもお家の人と相談し、十分な量が入る水筒を持ってくるようにしましょう。

また、体が暑さに慣れていないこの時期は、熱中症になりやすくなります。十分な睡眠をとり、朝ごはんを  
しっかり食べて、登校しましょう。

## 保護者の方へ

# 健康診断が続いています

月日	保健行事	対象者	検査場所	
5・8(水)	尿検査1次②	該当児童	教室⇒保健室	前日寝る前に必ず排尿し、5日8日(水)早朝尿をとってください。8日未提出者は、23日(水)の早朝尿をとって提出してください。
5・10(金)	内科健診	1・6年・6組(1・6)	保健室	体育着で受けます。
5・15(水)	歯科健診	全学年	会議室・保健室	朝食後の歯みがきを忘れずにしてきてください。
5・16(木)	眼科健診	全学年	会議室	顔を洗ってきてください。
5・17(金)	心臓検診	1年・抽出	会議室	体育着で受けます。
5・23(木)	尿検査2次①	該当児童	教室⇒保健室	前日寝る前に必ず排尿し、5日23日(木)早朝尿をとってください。23日未提出者は、30日(木)の早朝尿をとって提出してください。
5・24(金)	内科健診	2・5年・6組(2・5)	保健室	体育着で受けます。
5・30(木)	尿検査2次②	該当児童	教室⇒保健室	前日寝る前に必ず排尿し、5日30日(木)早朝尿をとってください。
	歯科欠席者	該当児童	保健室	朝食後の歯みがきを忘れずにしてきてください。
5・31(金)	内科健診	3・4年・6組(3・4)	保健室	体育着で受けます。

定期健康診断では、ご多用の中、提出物にご協力をいただきありがとうございました。健診後、詳しく診ていただいたほうがよいお子様にお知らせをお渡ししておりますが、何かご不明な点がございましたら、保健室までご連絡ください。既に通院中、通院の予約がまだ先である等、個別の事情がある場合には、連絡帳等で担任へご連絡いただければと思います。(歯科健診のお知らせは全員に配付します。それ以外の各健診・検査においては、異常があった場合のみお知らせします。)

**内科健診、耳鼻科健診、眼科健診が未受診の人は、水泳学習開始前の6月17日(月)までに必ず受診し用紙を提出してください。※未提出ですと水泳学習に参加できません。**

## 運動器検診について

年度当初「運動器検診アンケート」の問診項目に保護者の方が「はい」とお答えいただいた項目については、内科健康診断の際に内科校医の千葉先生に診ていただいています。

判定は、「要受診」か「問題なし」となります。運動器検診は、見逃しが多いことが問題となっているため、少し広めにとることとしており、受診をしても問題ないと言われる可能性があります。ご了承いただきますようお願いいたします。

## 《 お願い 》

○汗をかく季節となりましたので、汗拭き用ハンカチ(タオル)、水筒(水またはお茶)を持たせてください。こまめな水分補給を習慣にして、熱中症を予防しましょう。手洗い後は、自分のハンカチで手を拭きますので、毎日清潔なハンカチを身に付けるようにしてください。

○手足の爪が長く、けがをしてしまった人が複数名いました。お子様の爪の状態を確認いただき、特に手の爪は1週間に1回、爪を切るようご家庭でもお声掛けをお願いします。