

すこやか



しんがっきがはじまってまもなく一か月がたちます。みなさんのようすをみていると、つかれて出てきている人もいのではないかと感じます。睡眠を十分にとって、元気に過ごせるようにしましょう。



5月のめあて

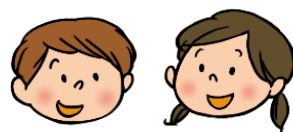


ただ せいかつ きそく正しい生活をしよう

まいにちのせいかつが、自分の心と体をつくれます。よい生活習慣のつみかさねが大切です。

ふりかえってみましょう!

まいにちのせいかつ 毎日の生活をチェックしてみましょう!



* □ に、できていたら○、できていなかったら×をつけましょう!

① 早寝・早起きを していますか? 	② つめは短くしていますか? 	③ すききらいをせずに なんでも食べていますか?
④ しっかり歯みがきを していますか? 	⑤ きれいなハンカチと ティッシュをもっていますか? 	⑥ こまめに石けんで 手をあらっていますか?



けんこうしんだん よてい 健康診断の予定



日にち	時間	項目	対象学年	持ち物・準備等
4/30 (水)	午前	視力検査	4年	めがね
5/1 (木)	午前	耳鼻科検診	2・3・4・5年	みみ 耳そうじをしてくる。
5/7 (水)	午後	眼科検診	なか 仲よし、1・2・5年	めがね (コンタクトレンズはつける)
5/9 (金)			3・4・6年	
5/13 (火)	朝回収	尿検査2次	お知らせをもらった人	登校後、すぐに提出
5/13 (火)	午後	内科検診 (結核検診を兼ねる)	なか 仲よし、1・2・5年	たいそうふく 体操服 びつかくちんしんひょう うんどうきけんしんちょうさひょう 結核問診票、運動器検診調査票 (事前配付・回収)
5/16 (金)			3・4・6年	
5/19 (月)	朝回収	尿検査最終	みていしゅつしや 未提出者	登校後、すぐに提出
5/28 (水)	午前	歯科検診	なか 仲よし、1・2・5年	あさ 朝ていねいに歯をみがいてくる。
5/29 (木)			3・4・6年	

保護者のみなさまへ

*健康手帳を返却します 5/13(火)までに回収

視力測定後に健康手帳を順次返却いたします。身体測定、視力検査、聴力検査(4・6年除く)の記録をご確認ください。

1. 身長、体重、視力、聴力(4・6年除く)のページをご覧ください。

1~3年

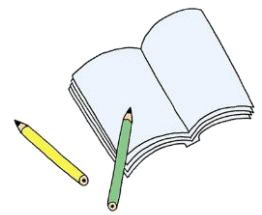
5~8ページ

4~6年

3~8ページ

2. 健康手帳は、学校で保管します。5/13(火)までに学校へ返却してください。

裏表紙内側の「保護者印」の1学期の枠に捺印またはサインをお願いいたします。



*水泳健康調査について 5/1(木)までに提出

本日、水泳健康調査をお配りしました。ご記入いただき、提出期日までに保健用封筒に入れて学校へご提出ください。



*結核健康診断問診票の記入について 5/1(木)までに提出

全児童を対象に、結核に関する問診を行います。結核検診は、内科検診時にあわせて行います。本日、問診票をお配りしましたので、下記をご確認いただき、記入をお願いいたします。提出期日までに保健用封筒に入れて学校へご提出ください。

【結核健診問診票の記入について】 **問診票の質問1~5をもれなく記入**してください。

- ※ **質問5の「ここ2週間以上「せき」や「たん」が続いていますか？」の記入もれがよくありますので、必ず記入してください。** 記入後に、体調に変化がありましたらお知らせください。

*健康診断および結果のお知らせについて

★健康診断について

- ・ 健康診断に関わる問診用紙や準備など、実施にご協力いただき、ありがとうございます。健康診断日にご家庭の都合等でお休みが決まっている場合は、学校までお知らせください。
- ・ 脱衣を伴う内科検診は、特にプライバシーに配慮して進められるよう、配置や動線を工夫して実施します。

★色覚検査について

色覚検査については、定期健康診断の項目に含まれておりませんので、気になるお子様がみえましたら、担任または養護教諭までお知らせください。

★結果のお知らせについて

- ・ 4月から実施しております健康診断の結果について、随時お知らせの用紙をお子様に配付します。(内科・眼科〈視力を含む〉・耳鼻科〈聴力を含む〉・尿検査は、該当のお子様のみお渡ししております。歯科は、全員に配付します。)結果をご覧ください、早めに医療機関を受診してください。受診後は、「受診結果報告書」を担任まで提出してください。(報告書は、保護者の方による記入・報告でも結構です。)
- ・ 耳鼻科検診結果について、アレルギー性鼻炎と扁桃肥大は、必ずしも水泳前の受診でなくても結構です。
- ・ 学校での健康診断は、病気の心配のある人を調べるためのものですので、かかりつけ医等での受診の結果、「異常なし」と診断されることもあります。ご理解をお願いします。



*水筒を持たせてください

下校中にも水分補給ができるように、1日足る量をご家庭でご準備いただき、お子様に持たせてください。

