

# \* ほけんだより \* 5月

令和6年5月  
横浜市立和泉小学校  
校長 中澤道則  
養護教諭 石村茉莉

ゴールデンウィークが終わりました。最近、体調がよくない日が続いている人、なぜかやる気が出ない人はいませんか？新しいクラスになって1か月がんばってきたみなさん。自分では気づかないうちに、心もからだも疲れているのかもしれない。そんな時は、ゆっくりと心とからだを休める時間を取ってみましょう。また、5月は1年で1番過ごしやすい、さわやかな季節と言われています。しかし、実は汗ばむほど暑かったり、急に肌寒くなったりと気温の変化が激しく、体調を崩しやすい季節でもあります。熱中症にも気を付けてすごしましょう。

## ゴールデンウィーク明けは

### 心身の疲れが出やすい時期です



### 健康診断の予定

	1年	2年	3年	4年	5年	6年	個別級	
視力検査	5/15(水)	5/14(火)	5/13(月)	5/10(金)	5/8(水)	5/7(火)	5/7(火)	
耳鼻科検診	5/23(木)	希望者のみ 5/23(木)		5/23(木)	希望者のみ 5/23(木)		1・4年、希望者 5/23(木)	
色覚検査				希望者のみ 5/23(木)				
尿検査	5/30(木)実施 (5/29 配布)							
眼科検診	5/30(木)							
歯科検診	6/6(木)	6/13(木)	6/6(木)	6/13(木)	6/6(木)	6/13(木)	6/13(木)	
心電図検査	6/7(金)	1年時未検査者のみ 6/7(金)実施						1年生のみ 6/7(金)

おうちの方へ～ご家庭でのご協力をよろしくお願いいたします～

### 毎朝の健康観察を！☆

最近、インフルエンザや流行性角結膜炎などの感染症が流行しています。お子様が元気に学校生活を送るためにも、毎朝の「健康観察」をお願いいたします。朝の慌ただしい時間ではありますが、以下のチェック項目などを参考に、ぜひよろしくお願いいたします。

- まだ眠そうではないですか？（睡眠時間は足りていますか？）
- 朝食はしっかり食べられましたか？（食欲はありますか？）
- 体の具合の悪いところ（咳、頭痛、腹痛、体のだるさ、吐き気など）はないですか？
- 微熱や、発熱はないですか？
- 元気がありますか？（暗い表情、落ち込んだ様子などありませんか？）
- 目が赤い、かゆそうにしているなどの症状はありませんか？

（このような症状がみられた場合、流行性角結膜炎の疑いがあります。流行性角結膜炎は、出席停止対象となる感染症です。病院への受診をお願いいたします。）

### ●配布物の確認をお願いします！

5月2日に、全学年の保護者様に「眼科保健調査票」、5・6年生の保護者様に「歯科保健調査票」、4年生の保護者様に「希望者へ色覚検査実施のお知らせ」を配布しました。健康診断の際、お子様の体の様子を知るための大切な書類となっています。それぞれに提出期限を記載しておりますので、ご記入の上、担任へご提出をお願いいたします。

### ●健康診断の結果について

4月から6月にかけて検診が行われています。結果については、夏休み前に健康手帳でお知らせします。もう少し詳しく医療機関に診ていただいたほうが良い場合は、「受診のおすすめ」の用紙をお渡しています。治療が終わりましたら、受診報告書を学校にご提出ください。報告書の「医療機関記入欄」は、病院により文書料がかかる場合があります。（医師会に加入している病院では文書料がかかることはありません。）お手数ですが、病院の支払窓口で文書料が発生するかご確認いただき、料金が発生する場合は、保護者の方が受信報告書を記入し、学校にご提出ください。また、すでに受診・治療中の方はその旨を記入してくださるとありがたいです。

#### ※注意

学校で行っている検査は、「スクリーニング検査」といって、集団の中から病気の疑いがあるお子さんをふるい出すものであり、確定的な診断を行うものではありません。病院に行った結果「異常なし」と診断される場合もあります。

