



～すこやかだより～

令和8年5月18日
横浜市立間門小学校
校長 小原 健人
養護教諭 萩原 愛花

新学期が始まってあっという間に1か月が経ちました。新しい環境にわくわくしたり、緊張したりして、疲れがたまってきた頃かとおもいます。ほけんしつにも来室者が増えて、病院に行くような大きなケガもありました。一気に慣れようとして頑張るのではなく、ゆっくりと自分のペースで過ごしていけるとよいですね。「少し疲れてきたな…」と感じたときは、無理をせず、学校がある日は早く寝たり、休みの日には自分の好きなことをしてリフレッシュしたりと、心も体も少しお休みをとるようにしましょう。

おうちのひととよみましょう。



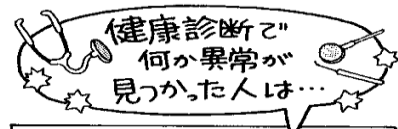
健康診断のおしらせです



日程	健診項目	学年	持ち物・注意事項
5/7 (木)	視力検査	1年生、個別級	めがねがある人はもってくる。
5/8 (金)	聴力検査	3年生	
5/11 (月)	聴力検査	全学年	
5/14 (木)	内科検診	5、6年生、個別級	
5/15 (金)	2次尿検査	1回目忘れた人、再検査の人	
5/21 (木)	歯科検診	1、2、6年生	ていねいに歯をみがく
5/28 (木)	内科検診	1、2年生	

◆ 受診のおすすめについて ◆

健康診断の結果に基づき、「受診のおすすめ」を配付しています。受診した場合は、その結果を「受診のおすすめ」の下についている報告書でお知らせください。保護者の判断で今回は受診せず経過観察をする、医療機関にすでにかかっている、などの場合は、その旨を保護者の方が記入して、学校までご提出ください。



視力検査の「A・B・C・D」ってなあ～に？

視力検査のA（1.0以上）、B（0.7～0.9）、C（0.3～0.6）、D（0.2以下）を表しています。

視力検査で1.0未満（B、C、D）の人には、「受診のすすめ」を渡します。おうちの人と相談をして、眼科に行くようにしましょう。

※めがねの度数をあえて「A」以下に設定している場合は、受診の必要はありません。定期的に受診し、かかりつけ医と相談してください。

学校における健康診断は、お子さん一人ひとりの発育・健康状態を把握し、充実した学校生活を送るために行われるものです。校医による診察や治療ではありませんので、ご理解ください。



～子どもも5月病！？～

子どもたちも新しい生活に慣れてきた頃ですが、大人が思っている以上に頑張りすぎてストレスを感じていたり、連休明けにまた気持ちが不安定になったりするお子さんもいます。進学や進級といった春の環境変化の中で頑張ってきた人、真面目な人、自分の気持ちや意見を伝えるのが苦手な人などがなりやすいと言われています。最近ちょっとおかしいなと思ったら、次の方法を試してみてください。

- モヤモヤを吐き出す（信頼できる人に話す、日記を書くなど）
- 早寝早起きを心がける（睡眠をたっぷり取る）
- 起きたらカーテンを開けて太陽の光をあびる



保護者の方へ

〇めがね購入援助のお知らせについて




視力370方式でC以下（0.7未満）の準要保護児童（就学援助を受けている児童）のうち、指定の医療機関による診断の結果、めがね（レンズ交換を含む）が必要と認められた児童生徒を対象に、めがねの購入に要する代金を援助するものです。該当するご家庭にはお知らせを配付します。援助を希望される方はお申し込みください。めがね券が手元に届き次第、受診・購入してください。1回目のめがね券の発行は例年7月頃の予定です。それ以前に受診・購入した場合は援助の対象になりません。なお、本事業による援助回数は、小学校に在籍中1回のみとなります。

学校カウンセラー鈴木先生の5月の来校予定

5月26日（火）全日

予約は、副校長藤澤または児童支援専任木下または養護教諭萩原にご連絡ください。

視力検査は4つの指標で表します

A 1.0 以上	学校の生活をするのに十分な視力です	
B 0.7～ 0.9	黒板の文字を見るなど学校の生活には困りませんが、定期的なチェックが必ず要です	
C 0.6～ 0.3	教室の後方から黒板の文字が見えにくい視力です	
D 0.2 以下	教室の前列でも黒板の文字が見えにくい視力です	