

ほけんだより

令和8年5月29日
札幌市立あいの里西小学校
No. 3

外で体を動かすのが気持ちの良い季節になりました。休み時間には、子どもたちが外で元気に遊ぶ姿や、体育の授業で一生懸命体を動かす姿が見られます。

一方で、この時期は暑さに体が慣れておらず、気温がそれほど高くなくても熱中症になることがあります。こまめな水分補給や十分な休養、できるだけ朝食をとることなどを心がけ、熱中症を予防しましょう。

6月の健康診断

内科健診【全学年】	6月11日(木)	さくら学級、1～5年生
	6月18日(木)	6年生



- 聴診器を胸にあて、心臓や肺・気管支に異常がないかを診ます。
 - 貧血があるかどうか、背骨や肋骨・皮膚の状態も診ます。
 - 「運動器検診問診票」で記載があり、受診していない場合は、学校医の先生に確認していただきます。
 - 男女別に実施します。
 - 会場衝立内の待機列でTシャツ(肌着)一枚になります。
着脱しやすい服装で登校してください。また、髪の毛の長いお子さんは束ねておいてください。
 - 皮膚や心臓、背骨などの疾患の有無を確認するため、下着等をめくって視触診したり、聴診器を入れたりする場合があります。ご承知おきください。
- ※健診にあたってご心配な点やご不明な点がございましたら学校にご連絡ください。

色覚検査について

札幌市立学校では、小学2年生、中学1年生、高等学校1年生を対象に色覚検査の希望者がいる場合、検査を実施することとしています。

6月12日(金)、**2年生**に色覚検査申込書を配付します。検査をご希望される場合は、必要事項をご記入の上、6月17日(水)までに学級担任へご提出ください。

2年生以外で色覚検査を希望される場合は、担任または養護教諭までご連絡ください。

※色覚検査は7月に実施する予定です。検査の結果は検査を受けた方全員にお渡しします。

健康診断の結果について

5月13日、歯科健診を実施しました。保護者の皆様には当日朝の歯磨きの声掛け等、様々な面でご協力いただいたことかと思います。ありがとうございました。

結果について治療の必要や異常の疑いがあるお子さん、ご家庭での経過観察が必要なお子さんに結果のプリントを既に配付しています。内容をご確認いただき、歯科で受診された場合はプリント下部の連絡書を学校にご提出ください。

今年度の歯科健診を終えて、全校児童の半数以上のお子さんにお知らせを配付しました。特におし歯や歯磨きの不足が見られるお子さんは、丁寧な歯磨きを心掛けていただければと思います。

これからの時期に気を付けたい感染症



咽頭結膜熱（プール熱）

原因：アデノウイルス

症状：高熱、のどの腫れ、結膜炎、頭痛、腹痛、下痢など

出席停止：主要症状が消退した後2日を経過するまで

風邪に似た症状が現れるとともに、首のリンパ節が腫れ、押すと痛みます。

流行性角結膜炎（はやり目）

原因：アデノウイルス

症状：目やに、目の充血、目の異物感、目の痛み、発熱など

出席停止：症状により医師において、感染のおそれがないと認めるまで

感染力が強いため、手をよく洗うようにして、他人にうつさないように注意しましょう。

伝染性膿痂疹（とびひ）

原因：黄色ブドウ球菌、レンサ球菌

症状：虫さされやあせもをかくなどしてできた傷から細菌が入り、水ぶくれができる。

かゆみや痛みを伴うことがあるため、ひっかくことで水ぶくれをこわしてしまわないよう、ガーゼを当てるなど注意が必要です。



伝染性軟属腫（水いぼ）

原因：ウイルスによる良性いぼ

症状：1～10ミリ大の白色のいぼ

かゆみを伴いますが、ひっかくとつぶれて他の部位に広がるため、注意が必要です。特に、アトピー性皮膚炎の子どもに感染しやすい傾向があります。

水泳学習には参加できますが、タオルや水泳帽、水着などの共用を避けるなどの注意が必要です。完全に治癒するまで治療を続けることが重要です。

アタマジラミ

アタマジラミは、頭部に寄生する吸血昆虫です。清潔にしても感染することがありますので、ときどきお子さんの頭髪の様子を見ていただければと思います。

プールの水では直接感染しませんが、帽子やタオルの貸し借りでうつることがあります。学校では貸し借りをしないよう指導しますが、ご家庭でも声をかけてください。子ども同士で頭を寄せ合うことでも、互いの頭髪が接触するため感染する可能性があります。

【卵の見つけ方】

- ・後頭部や耳の後ろに多い
- ・卵は、1ミリ弱のだ円形
- ・フケに似ていますが、指でつまんで引っ張っても簡単にはとれません。

【アタマジラミかと思ったら】

- ・皮膚科で受診しましょう。
- ・学校にお知らせください。