

# ほけんだより

令和8年(2026年)5月25日  
札幌市立発寒南小学校 保健室

新学期が始まってから1か月以上経ちました。グラウンドの様子を見ると、ぽかぽかと暖かく気持ちの良い気候の中で、外遊びをしたり、運動会の練習をしたりする子どもたちの姿が見られています。

今週末には、運動会が予定されています。気温差が激しい時期ですので、着脱しやすい服装にする等、ご準備をよろしくお願いいたします。



## 4月の保健室

○外科	131名
○内科	76名
○相談・その他	5名

4月前半は、急に発熱した子や、転倒してけがをした子がたくさん保健室に来ていました。新学期の疲れが身体にも出ていたのかなと思います。

## 健康診断結果のお知らせ用紙について

健康診断の結果、治療や精密検査または観察が必要であると思われるお子さんには、結果のお知らせ用紙をお渡しします。

学校における健康診断は「スクリーニング」といって、「疑い」を見付け出すもので「診断」をするものではありませんので、受診は強制ではありませんが、普段のお子さんの様子と学校での健康診断の結果を参考にされ、必要に応じて受診を検討していただくことをおすすめします。

受診後は、お知らせ用紙下部の「連絡書」を切り取り、学校へご提出ください。

すでに通院中の場合は、改めて受診する必要はございませんので、その場合は、お知らせ用紙にその旨記入し、ご提出をお願いいたします。

※視力検査や聴力検査は、いつでも学校で実施することができますので、希望される方はご連絡ください。

6

月



6月も各種検診が予定されています。検診前には、すぐーるにてお知らせのお便りを配信しますので、ご確認をお願いいたします。

- 6月3日(水)耳鼻科検診(1、4年生)
- 6月4日(木)尿検査(2回目)
- 6月5日(金)眼科検診(1、4年生)
- 6月15日(月)歯科検診(1~3年生)
- 6月16日(火)歯科検診(4~6年生、わかば)



札幌市では成長曲線を使用して、お子さんの発育状況について詳しく把握する取組をしております。

この取組により、札幌市が設定した基準に基づき、対象となったお子さんには「医療機関への相談のお勧め」と「成長曲線グラフ」などを封筒に入れて、お渡しします。

すでに医療機関を受診されていて、今後のお知らせが不要な方や個別にご相談が必要な方は、養護教諭 櫻井までご連絡ください。



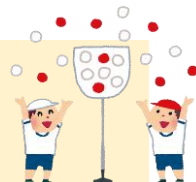
# うんどうかい もうすぐ運動会！



うんどうかい ひ ちか  
運動会の日がいよいよ近づいてきましたね。れんしゅう がんば はっき  
練習の頑張りを発揮できるように、たいちょう  
とどの とうじつ ねっちゅうしょう き つ ちから がんば  
整えておきましょう。当日は、けがや熱中症に気を付けて、力いっぱい頑張らしましょう！

## ★前の日は、早めに寝ましょう。

しっかり眠って、前の日までのつかれをとっておきましょう。



## ★朝ごはんをきちんと食べましょう。

朝ごはんは元気に運動するためのエネルギーになります。



## ★天気の変化に合わせて、脱いだり着たりできる、動きやすい服装に しましょう。靴は、はきなれたものを選びましょう。

## ★汗ふきタオルを用意しましょう。

あせを拭いたり、ぬらして首に巻いたりできます。



## ★こまめに水分をとりましょう。

ながい時間、外で活動をしていると、気がつかないうちにのどが渴いてしまっ  
ていることもあります。こまめに水分補給をしましょう。

### 【けがをしたとき】

本部のテントに応急処置コーナー  
があります。

「いつ・どこで・どのように」けが  
をしたのか、教えてください。

傷に砂が付いているときは、水道の  
水で洗ってから来てくださいね。



### 【具合が悪くなったとき】

けがをしたときと同じように、  
応急処置コーナーに来てください。

熱を測って、競技に参加できるか

どうか相談しましょう。

※運動会の日、保健室で休むことは  
できません。

