

# ほけんだより

令和8年4月30日（木）  
 札幌市立発寒西小学校  
 保健室 No.2  
 すぐーる配信

新学期が始まり、もうすぐ1か月が経ちます。新しい生活に慣れてくる一方で、心身ともに疲れが出やすくなる頃です。お子さんの体調や表情にいつもと変わりはないか、ご家庭での健康観察をお願いいたします。ご心配なことがありましたら、担任や養護教諭にいつでもご相談ください。

健康診断に関わる提出物や衣服の準備等、ご協力ありがとうございます。5月も健康診断が続きます。引き続き、連絡事項のご確認をお願いいたします。

## 5月の健康診断スケジュール

月	火	水	木	金
11	12	13	14	15
<b>内科・運動器検診</b> <b>当日の服装についてお願い</b> <input type="checkbox"/> 検診時はシャツ1枚（Tシャツ可）を着用します。高学年女子はシャツの下に下着を着用していても構いません。 <input type="checkbox"/> 肩甲骨や脊柱の異常の有無を見るため、可能な限りタンクトップやキャミソールの着用をお願いします。 <input type="checkbox"/> 当日はワンピース等上下がつながっている服を避け、着脱しやすい服装で登校してください。		前日に詳細についてのお知らせプリントと使用する物品を配布します。		尿検査1回目 全学年
		20	21	22
		内科・運動器検診 3・4年生 ぽぷら1・2組	<b>耳鼻科検診についてお願い</b> <input type="checkbox"/> 前日にご家庭で耳垢を取ってください。 <input type="checkbox"/> 現在通院中で、医師による治療を受けている場合は検診を受けないことも可能です。担任または養護教諭までお知らせください。	
25	26	27	28	29
内科・運動器検診 2・6年生			耳鼻科検診 1・4年生	尿検査2回目 対象児童のみ

### 内科・運動器検診について

- 内科・運動器検診は学校医の澤田先生に診ていただきます。子どもたちの栄養状態や運動器の状態、皮膚疾患等の疾病や異常の正確な発見のため、看護師や養護教諭が付き添いの元で医師がTシャツや下着をめくって視診や触診をしたり、聴診器を使用したりする場合があります。
- 児童一人一人のプライバシーや心情を守るため、衝立を使用し、診察の様子が他の児童から見えないように工夫して実施します。他の児童と一緒に検診を受ける上で配慮が必要なお子さんは、担任または養護教諭までご相談ください。



## 黄色い紙は 健康診断結果の お知らせです

結果のお知らせプリント（黄色の用紙）は、医師による治療や検査の必要がある場合、また学校医から指導事項がある場合にのみお渡ししています。

受診されましたら、お知らせプリントの下部にある連絡書をご提出ください。現在治療中のお子さんは、その旨と通院している病院名を記入して、ご提出をお願いいたします。

連絡書		記入後は切り離して 園・学校へ提出してください
園長・学校長 様	年 組 氏名	
医療機関受診結果（診断名等）	※異常がなかった場合は「異常なし」とご記入ください	
医療機関名	上記の通り（ ので、ご連絡します。	<input type="checkbox"/> 治療を開始しました <input type="checkbox"/> 治療を完了しました <input type="checkbox"/> 経過観察中です <input type="checkbox"/> 受診しましたが治療は不要でした
年 月 日	保護者氏名	

## 学校病医療券について

就学援助及び生活保護を受給されているお子さんが医療機関において下記の疾病の治療を行う場合、医療機関に学校病医療券を持参することにより、医療費が無料になります。発行を希望される方は養護教諭までご連絡ください。

### 医療券が使用できる疾病

トラコーマ 結膜炎 白癬（はくせん） 疥癬（かいせん） 膿痂疹（のうかしん）  
中耳炎 慢性副鼻腔炎 アデノイド う歯（むし歯） 寄生虫病（虫卵保有含む）

先週実施した歯科検診でう歯（むし歯）の治療を勧められた場合も、歯科医院で医療券を利用することができます。発行手続きは簡単ですので、お気軽にお申し付けください。  
※歯科健診結果の配布は来週以降になります。



## 発西スポーツデーの練習が始まります

これから体を動かす学習の時間が増えていきます。練習中のけがや体調不良を防ぐために、以下のことについてお子さんとご確認ください。

- 体を動かしやすい服装とサイズの合った靴**で授業に参加しましょう。靴紐が緩んでいないかも要チェックです。
- 今年から団体競技が復活します。自分やお友達のけがを防ぐために、**爪は短く切りましょう。**
- エネルギーチャージのために**朝ごはんをしっかりと食べてください。**また、**睡眠・休養を十分にとり**、毎日の疲れをリセットしましょう。
- 体を動かすと、たくさん汗をかきます。**こまめな水分補給のために水筒の持参**をお勧めします。