

ほけんだより

6月号

令和8年5月29日(金)
札幌市立真駒内公園小学校 保健室

新緑の季節を迎え、涼しく吹く風が気持ちよく感じる時期になりました。これからの季節は気温がどんどん上がっていくため、熱中症対策が必要になります。熱中症予防には夏本番に向けて、暑さに慣れておくことが大切です。毎日の運動を快適に行えるよう、風通しの良い生地の服やジャージで登校することをお勧めします。また、脱水症を防ぐために、1日3食の食事をとることや水筒を持たせていただくことなど、引き続き御協力をお願いします。

外に出て、新緑を感じよう!



6月の健康診断

検査項目	月	日	曜日	ももんが	1年	2年	3年	4年	5年	6年
尿検査 (第2回)	6月	11日	木				該当者のみ			
内科健診	6月	17日	水				全学年			
尿検査 (第3回)	6月	23日	火				該当者のみ			
色覚検査	6月29日~ 7月6日					○ (希望者)				

内科検診

今年から学校医の先生が変わりました。(詳しくはほけんだより4月号をご覧ください。)
○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。
○貧血かどうかや、背骨や肋骨、皮膚の状態を視診します。



※今年度はTシャツを着用した上から聴診します。

※「運動器検診問診票」に気になることの記載があり、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。

※毎年4・5・6年生は、脊柱側弯症の検査を行います。聴診後、背骨の様子をみるために前屈姿勢をとります。その際、両足を揃えて検査する必要があるため、場合によっては児童の姿勢を直すために、医師や養護教諭が児童の身体に触る可能性がありますのであらかじめ御了承ください。

色覚検査

2年生対象

色覚検査は健康診断の必須項目から外れていますが、札幌市では小学校2年生の希望者に対して色覚検査を行っています。本日別紙で色覚検査の申込書を配布しましたので、検査を希望する場合は御提出ください。

また、2年生以外のお子さんでも希望があれば検査を受けることができます。希望する場合は担任または、養護教諭へお知らせください。

保護者の方へお願い

健康診断で受診の必要があると判断されたお子さんへは、お子さんを通して「結果のお知らせ」(A4黄色用紙)をお渡ししています。受診されましたら、切り取り線下の「連絡書」を御提出ください。

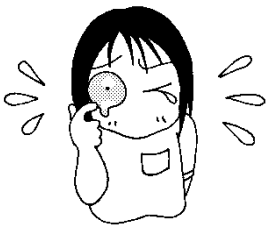
水泳学習が始まります！

水泳学習が6月下旬から予定されています。本日、別紙で「水泳学習のための健康調査」をお配りしました。必要事項御記入の上、御提出をお願いします。また、水泳学習の前日は睡眠時間を十分に取って、元気に参加できるよう御配慮ください。

水泳学習の前に！



健康観察をお願いします



目が赤い、目やにが出る、目が痛いという症状はありませんか？



腹痛や下痢はありませんか？



頭痛・発熱・咽頭痛・鼻水などの症状はありませんか？



皮膚の病気、ジクジクしている様子はありませんか？

※皮膚の病気によってはプールに入れないものもあります。予めかかりつけの病院へ相談してください。



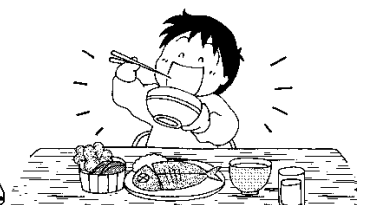
つめは伸びていませんか？



傷口がジクジク化膿しているけがはありませんか？



朝はすっきり起きられましたか？寝不足はありませんか？



朝ごはんは食べましたか？

水泳学習の前日に『水泳学習健康カード』を配付します

- 当日の朝は、保護者の方がお子さんの健康状態から、学習に「参加する」「参加しない」の判断をして、水泳学習健康カードに御記入ください。
- 必要事項を記入し、保護者印またはサインを忘れずにお願いします。保護者印やサインがない場合や記入漏れがある場合は、水泳学習に参加することができません。
- 『水泳学習健康カード』や水泳帽子等を忘れた場合は、水泳学習に参加することができません。

安全で楽しい水泳学習のために御協力をお願いします。