



令和8年5月 29日 (金)
6月号
札幌市立屯田北小学校
保健室

新緑の季節を迎え、日中は汗ばむほどの暑い日が増えてきました。この時期は体が暑さに慣れていないため、熱中症への注意が必要です。

学校では、こまめな水分補給や衣服での調節を呼びかけています。風通しの良い生地の服やジャージなど、脱ぎ着しやすく汗を吸い取りやすい服装での登校へ御協力をお願いします。

健康診断

6月の予定



月 日	曜	検査項目	学年
6月3日	水	耳鼻科健診	1・4年生 (はるにれの1・4年生)
6月5日	金	尿検査(第3回)	該当者のみ
6月10日	水	歯科健診	全学年

【歯科健診：全学年】

○むし歯の有無や、歯並び・顎関節・歯肉・歯磨きの状態について調べます。

歯科健診では、歯科医さんが、みなさんの口の中を診ながら、色々な記号を声に出しています。記号の意味が分かると、自分の口の中の様子を知ることができます。

- ・ / …健康な歯です。
- ・ C …むし歯があります。
- ・ CO …むし歯になりそうな歯があります。
- ・ GO …軽い歯ぐきの腫れがあります。
- ・ G …歯ぐきの病気(歯肉炎)があります。



耳をすまして
記号を聞いて
みよう。

～おねがい～

- ・ 当日の朝は、**忘れずに歯をみがいてきましょう。**
- ・ 取り外しができる矯正器具を付けている人は、健診の前に外しましょう。



【耳鼻科健診：1・4年生(はるにれの1・4年生)】

○鼻やのど、耳の病気や異常がないか調べます。

- ・ 耳が見やすいように、**髪の毛をピンで留める、髪を結ぶなどしてください。**



※健診の結果、治療の必要や異常の疑いがある人、観察をすすめたい人にだけ、後日「結果のお知らせ」を配付します。

すでに医療機関で治療や指導を受けている場合などは、再診する必要はありません。その旨を連絡書に御記入のうえ、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。『水泳学習のための事前健康調査』を6月5日(金)に配付いたしますので、御提出をお願いいたします。また、持病など水泳学習を行ううえで心配なこと等ありましたら、主治医と御相談のうえ、学校までご連絡ください。

■「水泳学習当日の健康調査」について■

- 今年度より、水泳学習当日の健康調査は、紙(水泳学習健康カード)に記入して提出していただくのではなく、「**すぐーる**」の『**健康連絡帳**』の機能にて回答していただきます。
- 当日の朝、保護者の方が検温と健康観察を行い、水泳学習への参加の可否を【健康連絡帳】に入力してください。
- ※『健康連絡帳』は【熱】の欄に体温を入力、【その他】の欄に参加の可否を入力します。
- ※『健康連絡帳』の回答を忘れた場合、水泳の持ち物を忘れた場合は、**水泳学習に参加できません**ので、十分ご注意ください。また、学校からご家庭への確認の電話はいたしかねますので、あらかじめご了承ください。

水泳学習の前に！健康観察をお願いします！

プールの前まえの日にひチェック

- 目・耳・鼻め みみ はなに感染症かんせんしやうはありませんか？
- たくさん寝ねましたか？
- 忘れ物わすれものはありませんか？
- 爪つめは短く切りきりましたか？



朝の健康観察では、**検温を忘れず**に！
発熱や下痢など体調が悪い時は、プールに入れません。

※皮膚の病気(とびひなど)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。

●プールサイドでのやくそく●



プールサイドを走るのは絶対にやめましょう。



勢いきおいよく飛び込んだりするのは絶対にやめましょう。



タオルの貸し借りは、しません。忘れずに準備しよう。



準備体操はしっかりと！！ケガの防止につながります。



体調が悪くなったら、無理せず、先生にすぐいいましょう。

安全で楽しい水泳学習のために保護者様の御協力をお願いいたします。