

ほけんだより

令和7年4月25日
No.2
札幌市立豊園小学校

お子さんは新しいクラス、環境に少しずつ慣れてきたでしょうか。

とても頑張っている様子がみられますが、疲れも出てきているようです(裏面の掲載もご覧ください)。

心と体の調子が整うよう、ご家庭でのサポートを引き続きよろしくお願いいたします。



花粉や黄砂で目・鼻などが痒いお子さんが増えてきています。

日常のケアで症状が軽快しない場合は早めの受診をお勧めします



聴力検査結果を返却中です(1～5 年対象)

今年度は移行期間として1～5年生が対象です。**聞こえない音があったお子さんのみ**受診のお勧め用紙を配付します。

視力検査結果を返却済みです(B～Dのお子さんのみ)

視力の結果が**「B～D」のお子さん**にのみ、受診のお勧め用紙を配付しました。

学校の検診はスクリーニング検査のため、受診した際に病院での詳しい検査と結果が異なる場合や、異常なしと診断される場合もありますことをご了承ください。

両眼とも「A」だったお子さんには受診のお勧め用紙の配付はありません。



**視力が下がる原因は近視以外にもいろいろあります。
眼科で調べてもらうのが安心です。**

- どんなタイプの近視なのか(近視、偽近視、心因性など)
- 乱視や遠視はないか
- 眼の病気や、季節的なアレルギーが視力低下の原因ではないか
- 眼鏡は必要なのか、経過観察でよいのか …など。

スポーツ振興 センターについて

学校管理下でおきた怪我で受診した場合は、日本スポーツ振興センター災害給付の対象となり、規定の条件に適用する場合に医療費が給付されます。

登下校中や学校行事の怪我也対象になります。病院を受診した場合は、担任へご連絡ください。手続き後は、約3か月後に給付金が支給されます。ご不明点は保健室までお問合せください。

帰宅後の怪我は、規定の条件に合う場合、「札幌市 PTA 共済会(加入者)」の適用になります。担任を通して PTA 担当(川住)までご連絡ください。

医療券について

就学援助を受けられているご家庭で医療券をご使用になる場合には事前に担任または保健室までお知らせください。その際に、受診月、診療科(歯医者など)を合わせてお知らせください。



新年度の緊張、疲れへの対処

入学、クラス替えなどの環境変化があったこの時期は、子どもたちは一年で最も緊張が続いている時期です。知らず知らずのうちに心や身体の疲れがたまって、5月の連休明けには例年、保健室の来室が増える傾向があります。

新年度は、親はつい、あれこれと頑張らせたくりますが、外で頑張って、家でも頑張るのは子どもたちにとってちょっと大変な時もあります。

子どもがのんびりしたがる時には、ゆっくりリラックスさせたり、必要に応じてちょっと休ませることで、外で頑張るエネルギーを充電できることもあります。

子どもは、進んだり戻ったりしながら成長していきます。「今日もお疲れさん」「がんばったね」と、家がゆっくり安心できる場所となるよう声をかけ、心でつながる働きかけをしていきたいものです。



【やりたいことをさせる、甘えがるときはうんと甘えさせる】

本人が好きなこと、やりたいことをできる時間や、のんびりしたい子にはさせる時間を意図的につくるのが大切です。一緒に遊ぼう、話を聞いてほしいなどの甘えにもできるだけ応えてエネルギーをチャージさせたいものです。

【整った生活習慣】

子どもの心身は大人以上に生活習慣の影響を受けます。整った生活は心の調子を整え、「きっと何とかできる」「自分ならできる」と感じられる元気や自信の源になります。