

# ほけんだより 5月

令和8年4月30日  
小平市立上宿小学校  
保健室

新年度が始まり1か月が経とうとしています。4月とは思えない暑い日もあり、早くも熱中症への注意が必要な時期となりました。のどがかわく前の水分補給や、帽子の着用など、日頃から意識していきましょう。また、間もなくゴールデンウィークです。こころと体をゆっくり休めたり、リフレッシュできたりするよい機会ですが、夜更かしや朝寝坊が続くと、休み明けに体調をくずしやすくなります。生活リズムを大切にしながら、元気に過ごしましょう。



## 5月の保健目標：身の回りをせいけつにしよう



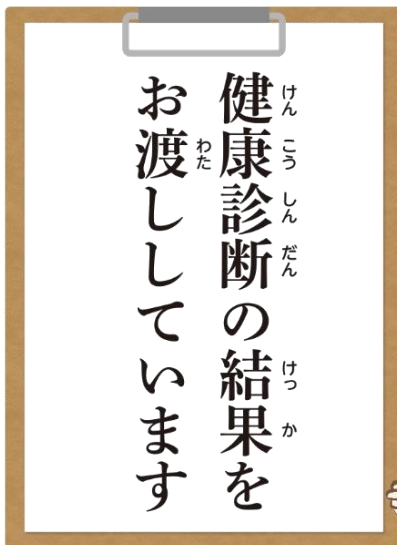
## 保健室からのお知らせ

新しい環境での緊張や疲れ、気温の変化の影響もあり、熱が出たりや体調をくずしたりするお子さんが増えています。中には、溶連菌感染症の報告も数件あります。

早く寝て睡眠時間をたっぷりと確保する等体調管理にご注意ください。



## 保護者の方へ



健康診断の結果、医療機関の受診が必要な場合は通知しています。視力や聴力など、早期発見・早期治療によって治療期間が短くなったり、その後が変わってくるものもあります。何かとお忙しいこととは存じますが、お知らせを受け取った際は早めの受診をおすすめします。



※なお、学校の健康診断は病気の「可能性」のスクリーニングなので、医療機関で検査すると「異常なし」とされる場合もあります。

### ●健康診断 結果のお知らせについて

検診、検査が終わったものから順次結果をお渡ししています。学校では限られた時間内にたくさんの人数を検査するため、疑わしいものについてはすべてチェックする方法をとっています。そのため、学校での検査結果と受診後の結果が異なることがあります。例えば、視力検査の結果がB以下(0.9以下)の場合は結果をお知らせして眼科医に検査していただいておりますが、その時の目の疲れ具合でも見え方が違うことがあります。「受診のすすめ」を受け取られた場合は、早めに主治医や専門医に診てもらい、「受診のすすめ」を学校まで提出してください。

また、令和6年度から小平市では校務支援システムが導入され、結果の入力に時間がかかり、結果をお渡しするのが遅くなる場合もあります。あらかじめご了承ください。

受診のすすめの紙の色・・・ 内科：水色 眼科：ピンク 耳鼻科：緑

### ●水泳学習と健康診断について

水泳学習が6月から始まります。安全に水泳学習を行うためにも、「受診のすすめ」を受け取りましたら、水泳学習が始まるまでに病院への受診をお願いします。

### ●学校医検診(内科・眼科・耳鼻科・歯科)を欠席した場合

学校医の先生の医院にて保護者同伴のもと、各自検診を受けていただきます。欠席した際には案内をお渡しします。内科・眼科・耳鼻科に関しては受診が済んでいない場合、水泳学習へ参加することができません。