

# ほけんだより5月



令和3年5月6日

北区立王子第一小学校

保健室

緊急事態宣言下ではありますが、毎日の健康チェック、マスクの着用、手洗い、教室の換気などを行うことで、学業生活を続けることができます。今後とも、ご家庭でのご協力をお願いします。

♥健康チェック（朝の検温）（体調不良時は、無理せずお休み・ご家族の体調不良時も休養をおすすめします→「欠席」扱いとはしません。

「出席停止」扱い）♥マスク♥ハンカチ♥はやねはやおき・体調を整える♥



4月は、夏のように暑かった日もあったり、寒く感じたりする日もありましたが、みんなが健康に気をつけている今、体調不良者のお休みや早退が例年の今の時期に比べて大変少なく、みんな元気に学校に来ています。

これからの時期、暑いと熱中症の心配もあります。半袖で、薄着をして、涼しく感じる日は、上着を着るなど調節するとよいと思います。

5月の健康目標 **身のまわりを清潔にしよう**



あさ がお  
朝、顔を  
あらう。

あさ は  
朝、歯を  
みがく。

つめを  
き  
切る。

あし  
足のつめ  
を切る。

ハンカチ  
をもつ。

できている  
ものに、色  
ぬりましょ  
う！

## 災害共済給付制度

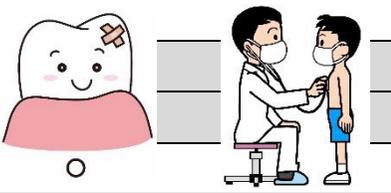
＜日本スポーツ振興センター＞

詳細は、別紙 A4 両面オレンジ色のプリント（1年生は1月の新一年生保護者会で配布済）をご覧ください。

学校でのけが（登下校時含む）で病院を受診した場合、支払いについては、こちらの「災害共済給付制度」が適用となります。一度、病院窓口でお支払いいただき、後に書類を学校で手続きをして、数ヶ月後に精算（雑費が加算）し、基本学校に取りに来ていただくシステムになっています（ただし1500円以上の場合）。「こども医療証」でなく、原則こちらの制度が優先となります。学校におけるけがで受診した場合は、担任・保健室までご連絡ください。書類などをお渡しいたします。

# 5月・健康診断の予定

体調不良の場合は、受診できませんので、無理な登校はお控えください。

10	月	歯科健診(4~6年、5組)午前
11	火	歯科健診(1~3年)午前 尿検査セット配布
12	水	尿検査一次提出(全学年)
13	木	内科健診(2・4年)午後
14	金	
15	土	
16	日	
17	月	
18	火	内科健診(3・5年)午後
19	水	
20	木	(運動会)眼科健診(全学年)午後
21	金	
22	土	(運動会)
23	日	
24	月	(振替休業日)
25	火	内科健診(1年)午後

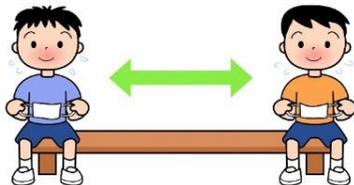
朝、忘れずに、歯をみがいてきましょう。  
(歯科は、異常がなくても、全員に「黄色のお知らせ用紙」が配られます)

## 「結果のお知らせ」について

**眼科・耳鼻科**は、水泳参加の可・不可の欄があるため、受診報告書の提出があるまで、水泳指導の参加ができません。**内科**は、皮膚疾患など、内容により、水泳指導前の提出が必要となるものもあります。いずれにせよ、早めの受診をおすすめします。

## 内科「運動器検診」(うすピンク色の問診票)について

各学年の内科健診終了後、受診の必要がある場合は、「結果のお知らせ」の用紙を配布していますが、保護者の方がチェックして下さった項目や、記述して下さった内容については、内科健診の結果、急な受診は要しないという場合は、「結果のお知らせ」は配っておりません。しかし、ご家庭でみていただいて、ご心配な場合は、「結果のお知らせ」の有無にかかわらず、各自、「整形外科」を受診していただきますよう、お願いいたします。



## 熱中症に注意する季節がはじまります

だんだん暑くなってきて、熱中症も心配されます。春はまだ暑さになれていないので、急に暑くなると、熱中症になりやすくなります。

### みんなができる予防

- ・こまめに水分をとる
- ・休み時間遊んでいる時は、くるしくなる前に、まわりに人がいないところに行って、タオルをはずして休む。
- ・はやねはやおき、すいみんたっぷり、朝ごはんもしっかりたべて、体をじょうぶにする。

運動会練習もはじまります。気をつけていきましょう。



## 視力について **C**

4月に視力検査が終了しましたが、視力の低下がみられる児童が多かったように思われます。これから、タブレット端末も配布され、気になるところです。文部科学省からのお知らせを裏に添付しますので、ご参照ください。