

# ほけんだより

令和 7年 4月27日  
江東区立 枝川小学校  
校長 宮脇 隆  
保健室

1年の始まりは、穏やかにスタートしました。しかし、4月中旬を過ぎると、少し疲れがでてきたのでしょつか、吐き気や腹痛を訴える児童が増加し、感染性胃腸炎と診断を受ける児童もいました。登校前から、体調不良があり、登校後すぐに保健室へ来室する児童もいます。登校前の健康観察で、元気がない、体調不良を訴えている場合は、様子を見て登校させてください。

5月は運動会の練習が本格化します。「早寝・早起き・朝ごはん」で、元気を取り組める体をつくりましょう。また、日中の気温も高くなり、汗をかきやすくなっています。身の回りの清潔に気をつけて学校生活を送りましょう。



## 【今月の保健行事】 ◆校医健診 \*委託機関

日	曜	項目	対象	時間	準備・その他
4/27	月	視力	5年生	1~4校時	メガネがある場合は、持参する。
4/28	火	◆内科	3・5年生	9:00~	体育着を着る。長髪は結ぶ。
4/30	木	※尿検査1①	全学年		8:45までに、早朝尿を提出する。
5/1	金	※尿検査1②	全学年		8:45までに、早朝尿を提出する。
8	金	◆内科	1・2年生	9:00~	体育着を着る。長髪は結ぶ。
11	月	※尿検査1③	全学年		8:45までに、早朝尿を提出する。
12	火	視力	2.3年生	1~4校時	メガネがある場合は、持参する。
13	水	視力	仲よし	2~4校時	メガネがある場合は、持参する。
14	木	視力	1年生	1~4校時	メガネがある場合は、持参する。
18	月	◆眼科	仲よし・5・6年生	9:00~	
19	火	◆眼科	1・2・3・4年生	9:00~	
21	水	◆歯科	全学年	1~6校時	朝、歯みがきをする。
22	金	※尿検査2①	該当者		8:45までに、早朝尿を提出する。
25	月	※尿検査2②	該当者		8:45までに、早朝尿を提出する。

## ☆☆ 保護者の皆様へ ☆☆

4月は、保健関係の提出物のご協力をありがとうございました。5月も、健康診断が続きます。欠席のないよう健康管理をお願い致します。

### 【定期健康診断の結果について】

- 健康診断の結果(身長体重含む)は、6月末の定期健康診断終了後、お返しします。定期健診等で健康診断の結果が必要な方は、養護教諭までご連絡ください。
- 健康診断の結果、治療が必要な児童にその都度、お知らせ(治療勧告書)を配布しています。お知らせが渡されましたら、早めに受診をして、【診断報告書】を学校にご提出ください。
- 内科、眼科、耳鼻科健康診断の結果のお知らせが届いた方は、水泳学習が始まるまでに、必要な治療をすませてください。受診が済んでいない場合は水泳学習に参加することができません。



5月 保健目標 からだや、みのまわりをせいけつにしよう。

👉 まいにちの、「☆ピカピカチェック☆」をしてみよう!



いくつチェックが  
つくかな?

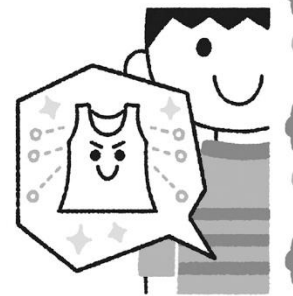
- ハンカチ・ティッシュは、いつももっていますか?
- 手洗い・うがいをしていますか?
- 毎日お風呂に入っていますか?
- 食事のあと、歯みがきをしていますか?
- 肌着は、着ていますか?
- つめは、切ってありますか?



つめきりは  
教室にもあるよ!

## こんなにすごい! 肌着の効果

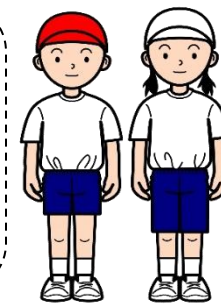
暑い日に、肌着を着ていない人はいませんか?  
実は、暑い日こそ、肌着を着た方がよいのです!  
肌着には、かいた汗を吸い取って、服の中の蒸れをおさえる効果があります。そのため、肌着をつけている方が、つけていない時より涼しく感じる事ができるのです。  
暑くなっても、肌着は毎日身につけましょう。



## 運動会の準備はいいですか?

~けがや熱中症をふせいで、楽しい運動会にしましょう!~

- 服は体の大きさに合っていますか?
- くつむしはしっかりむすべていますか?
- かみのけをしっかりとむすんでいますか?
- すいみんはしっかりとりましたか?



### ★わすれずに★

- こまめな水分ほきゅうをしましょう。
- 自分の体のおかしさに自分で気が付き、大人につたえましょう。