

# ほけんだより 5月

今月の保健目標

規則正しい  
生活をしよう



令和8年5月8日

練馬区立大泉第一小学校

ゴールデンウィークが終わりました。4月からの1ヶ月、実感しているより、心も体も疲れているかもしれません。気候が不安定なことも重なり、急に暑くなったり涼しくなったりして、体調を崩してしまう児童もいます。疲れがたまると、病気に対する抵抗力も気力も落ちますので、早めの就寝を心がけてください。

朝、具合が悪いときは、無理をさせずにご家庭で様子をご覧ください。疲れが残ったまま張りつめていた気持ちがゆるみはじめると、けがも増えます。また、様々な感染症の予防にも十分注意したいところです。ご家庭での健康管理をよろしくお願いいたします。

検診項目	<5月の健康診断予定>		
	日程	実施学年	備考(注意点など)
尿検査予備日	12日(火) 9:00まで	4月に提出できなかった児童	改めて容器類が必要な場合はお渡しいたします。ご連絡ください。
心臓検診	19日(火)	1年 転入生	体育着を忘れずに。心電図検査をします。
尿検査二次提出	21日(木) 9:00まで	一次検査 陽性者	対象者には、20日頃までに結果のお知らせと共に容器類を配付します。
耳鼻科検診	27日(水) 8:40~	全学年	耳そうじを忘れずに。髪の毛の長い人は、束ねるなどして耳が出やすいようにしてきましょう。

## 健康診断結果とその後の治療について

各検診の結果、病気の疑いがあった場合のみ、「結果のお知らせ」を渡しています。すぐに受診してくださるご家庭が多く、多くの受診報告書が届けられています。今後も、結果のお知らせをもらったなら早めに受診しましょう。



視力検査の結果のお知らせは、1.0未満の児童に配付いたしました。眼鏡使用の場合も同様にお知らせしましたので、定期的に受診している場合、受診報告書は、次回受診の際に記入いただいても結構です。アレルギー性のもので、保健調査等であらかじめわかっている場合も、健康診断時に症状があり受診が必要な場合は、結果のお知らせを渡しています。すでに受診して治療中の場合は、その旨を保護者の方が受診報告書欄外に記入し提出していただいても結構です。今回は、所見があっても治療中とわかった場合はお知らせしていません。治療中の方は、薬の塗布など、完治するまでは治療を継続するようにしてください。

歯科検診では、むし歯の有無、歯並び、噛み合わせ、要注意乳歯、歯の清掃状況などを診ていただいています。歯並びや噛み合わせは、すぐに治療が必要な場合と、相談し経過観察が必要な方もお知らせしています、かかりつけの歯科医師の指示に従ってください。歯垢はブラッシングで除去できますが、歯石は受診して処置してください。歯科検診を受けた児童はよい歯のバッジを配付します。(6月初旬頃の予定)

# スポーツフェスティバルを元気に楽しむコツ 8こ

