

ほけんだより

令和８年５月１日
NO、２
尾田蒔小学校　保健室

新しい学年になって１ヶ月がたちました。新しいことも多く、あっという間の１カ月だった人、緊張しっぱなしで長く感じた人、それぞれだったことでしょう。「なんだか体がだるい。」「頭が痛い日が多い。」など、風邪をひいていないのに体が不調な人は、疲れがたまっているのかもしれません。今月は、校外学習など、楽しい行事も始まります。『はやね・はやおき・あさごはん』で、疲れを残さないようにしましょう。

５月の保健目標　**生活習慣を身につけよう！**

5月の保健行事

月日	曜日	項目	対象学年	備考
８日 ～１４日	金 ～木	「生活リズムを整えよう」取組	全学年	自分の目標を立てて取組ましょう。〇が１つでも増やせるように、がんばりましょう！ **＊６年生は、２０日（水）～２６日（火）取組**
２０日	水	歯科健診	全学年	前日の夜、朝の歯みがきをていねいにしましょう！
１３日	火	内科検診	２・４年	体を清潔にしておきましょう。**体操服・肌着着用**のまま行います。 男女別に実施。周囲から見えないよう配慮し、体操服の上から、医師が聴診器を当て検診します。記録・検診会場内の誘導は、学年問わず同姓の職員が手伝います。 全学年性別問わず養護教諭が検診を補助します。

「生活リズムを整えよう」取組！



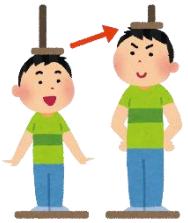
今年は、１年間分を１枚にまとめ配付します！
自分で目標を立て、〇が１つでも増やせるようにがんばりましょう！

生活習慣が良くなると、心もからだも元気でがんばる力がわいてきます！「ちょっと疲れたな。」「もっとがんばりたいな。」などと思っている人は、自分の生活習慣を少しでもよくできるように、考えて、行動してみてください♪きっとよい方向に心とからだが変わってくれ、がんばる力が今以上にパワーアップしてくれますよ♪

～健康診断の結果について～

健康診断で異常の疑いがあった場合に「結果のお知らせ」を配付しています。学校で行う検査は限られた時間内にたくさんの人数を検査する集団検診で、あくまでもスクリーニングです。早期発見のため、疑わしいものは全てチェックをする方法をとっています。お知らせをもらったからといってすぐに異常があるというものではありませんが、できるだけ早く専門医にご相談ください。また、６月より水泳学習が始まります。症状によっては、医療機関を受診し、医者の許可がおりてからでないとプールに入れない場合もありますので、ご理解いただき、治療を進めていただきたいと思います。

歯科健診の結果のお知らせは、異常なしの方にも配付しています。また、「むし歯」と指摘された人の中には、「むし歯疑い」の人、「汚れでむし歯かどうか判断がつかない」人も含まれています。歯科医院への早めの受診とともに「受診報告書」の提出をお願いいたします。



～成長の記録について～

成長の記録には検診の結果を記録し、６年間使用します。

お子さんの健康把握・指導につなげていきたいと思います。

尚、配付時期は、すべての健康診断（尿検査２次検査結果または眼科検診）の結果が出た後です。配付されましたらご確認いただき、サインをして学校にご返却ください。

身長・体重等、早めに結果が知りたい等ありましたら、連絡帳等でお問い合わせください。

～おうちの方へ～

１つ学年が上がりとても張り切っている児童がとても多く、とても活気がある学校生活を送れています。ただ、新年度がはじまり、約１ヶ月。心とからだの疲れも出やすい時期でもあります。帰宅後や、休日はお子さんの心の充電、からだの疲れがとれるような生活習慣への声かけを、特にお願いいたします。朝も時間に余裕を持って起こしていただくと、朝ご飯もしっかりと食べることができ、よいと思います。心配事や、お子さんの様子に違いを感じることがありましたら、早めに学校にご連絡ください。

栃村亮太先生による「命の授業」【尾田蒔小学校　安全の日】



6月12日（金）13時30分～　対象：6年生・保護者（全学年）

＊会場・駐車場：保護者参観者の人数により決定

昨年度、尾田蒔地区地域学校保健委員会にて、講師として来てくださった大滝国民健康保険診療所医師　栃村亮太先生に、今年度も６年生への授業をお願いすることができました。

昨年度の授業は、健康の大切さ・命の大切さ・周りの人への感謝・今の時間を大切に過ごすことの大事さを感じる貴重な時間でした。今年度も、大変貴重な時間となることと思います。ぜひ、保護者の方もご参観ください。

参観希望の方は、別途配信しましたアンケートにご回答ください（６月５日（金）まで）。

＊昨年度は命を看取る動画（愛に包まれた家族のかたち）も授業中に流れました。配慮が必要な６年生児童がいましたらお知らせください。