

ほけんだより



家庭数で配付

令和5年5月1日
春日部市立宮川小学校
保健室

5月の保健目標 **すすんで病気をなおそう**

まだまだ続きます健康診断

項目	日にち	対象学年	注意事項
色覚検査	9日(火)	4年生 希望者	メガネを使用している人は必ず持参。
視力検査	9日(火) 10日(水)	な.4.5.6年 1.2.3年	
眼科検診	11日(木)	1.3.5年+ 2.4.6年の昨年度の 欠席者と所見あり児童	目に髪の毛がかからないようにしてきてください。
斜視検査	11日(木)	1年生	
心臓検診	18日(木)	1年生	欠席者は5/24(水)に保護者同伴で春日部市保健センターで受けます。
尿検査 1次	配付	全学年	1次未提出の場合は6/5(月)回収になります。
	提出		
	提出		
内科検診	26日(金)	な.1.2.3年	結核検診・運動器検診も兼ねます。

健康診断結果のお知らせについて

健康診断のあと再検査や治療などが必要な場合には、「健診結果のお知らせ」をお渡しします。疾患によっては、時間がたつとともに重い症状へと悪化するものがあります。なるべく早めに専門医での受診をお勧めします。受診や治療が終わったら「健診結果のお知らせ」を学校へ提出してください。



発育測定の結果【平均値】



※県平均は令和3年度学校保健統計調査より

R5年4月	学年	身長				体重			
		測定人数	宮川小	県平均	比較	測定人数	宮川小	県平均	比較
男子	1年	12	116.4	116.7	-0.3	12	20.6	21.9	-1.3
	2年	11	125.0	122.6	2.4	11	27.2	24.6	2.6
	3年	21	128.3	128.7	-0.4	21	26.2	27.8	-1.6
	4年	23	134.7	134.2	0.5	23	32.2	31.5	0.7
	5年	8	139.9	139.5	0.4	8	41.3	35.0	6.3
	6年	22	143.8	146.7	-2.9	22	38.4	39.8	-1.4
女子	1年	7	115.6	116.5	-0.9	7	22.2	21.5	0.7
	2年	12	122.5	121.9	0.6	12	25.9	23.8	2.1
	3年	11	127.6	127.9	-0.3	11	27.7	26.9	0.8
	4年	9	129.8	134.5	-4.7	9	27.5	31.0	-3.5
	5年	16	141.0	140.8	0.2	16	36.8	34.8	2.0
	6年	12	148.3	147.3	1.0	12	41.3	40.0	1.3

成長には個人差があります。身長と体重がバランスよく発育していることが大切です。バランスが気になるお子さんには、6月に学校からご連絡差し上げます。健康診断が終了しましたら、「健康カード」を配付しますので、ご確認ください。

急な暑さにご用心～熱中症に気をつけよう～

真夏の暑い日のイメージが強い熱中症ですが、寒暖差の激しい季節の変わり目の5～6月も、体が暑さに慣れていないため、注意が必要です。こまめに水分補給をし、朝・昼・夕食をきちんととって、塩分を補給しましょう。

<p>①こまめに水分をとろう！ 汗を出し体温を下げてくれます。</p>	<p>②帽子をかぶろう！ 直射日光から守ってくれます。</p>	<p>③時々、日陰で休もう！ 体温を上げない予防です。</p>
<p>④睡眠はたっぷり、食事は3食しっかりとろう。 睡眠は一日を元気に過ごすために大切です。 食事は塩分補給にもなります。</p>		