



# ほけんだより5月



令和6年 5月1日  
三島市立佐野小学校  
保 健 室

しんねんど はじ 新年度が始まり、やく かげつ 約1ヶ月がたちました。じぶん こころ からだ ちょうし 自分の心と体の調子は どうですか？がんばりすぎている人はいませんか？  
こころ からだ けんこう す 心と体を健康に過ごすためにも、まいにち 毎日をふりかえってみてください。  
とき やす たいせつ ゴールデンウィーク やす 時にはゆっくり休むことも大切です。G W が始まります。お休みの間は、あいだ にち 1日だけでもゆっくり過ごす日があってもいいかもしれません。



けんこうしんだん  
健康診断

まだまだつづきます

ひ にち	こう めく 項 目	たいしょうしゃ 対象者	じ かん 時 間	もちもの ちゅういじこう 持ち物・注意事項
か きん 9日 (金)	がん けんしん 眼科検診	ぜんがくねん 全学年	13:00～	けんしん じ 検診時はメガネをはずす
	にょうけんさ に じ かいしゅう 尿 検査二次回収	いち じょうせいしゃ 一次陽性者	どうこうごていしゅつ 登校後提出	ほけんしつ ていしゅつ 保健室に提出
にち か 13日 (火)	しんぞうけんしん 心臓検診	1・4年 他学年は抽出	ご 午後	【持ち物】体育着 ・予備日5/22
にち めく 15日 (木)	にょうけんさ に じ よ び 尿 検査二次予備	に じ めていしゅつしゃ 二次未提出者	どうこうごていしゅつ 登校後提出	ほけんしつ ていしゅつ 保健室に提出
にち きん 16日 (金)	ない けんしん 内科検診	ぜんがくねん 全学年	13:00～	【持ち物】体育着
か か 20日 (火)	じ び か けんしん 耳鼻科検診	2.3.5年 1.4.6年は抽出	13:15～	・髪の毛が耳にかからないように なが こ し ば 長い子は縛るかピンで留める けんしん まえ はな 検診の前に鼻をかむ

## 運動会に向けて

もうすぐ、運動会に向けて練習が本格的に始まります。  
これから気温が急に高くなる日もあり、暑さへの対応が必要となってきます。

体力を使うので、十分に睡眠をとり、朝ごはんを  
しっかり食べて登校しましょう。御家庭でもお子様の体調  
管理をお願い致します。



-☆-☆-☆-運動前後に注意して欲しいこと-☆-☆-☆-

- 十分に睡眠をとり、必ず朝食を食べて登校しましょう。
- 準備運動をしっかりと行いましょう。
- タオルを持ち、しっかりと汗をふきましょう。
- 爪を短くする、髪の毛を結ぶ、靴のサイズの確認など、運動するための準備をしましょう。
- 体調が悪い時には、無理せず、先生に伝えましょう。
- ころんでけがをした時には、傷口を水道の水で洗い流しましょう。



日頃より、学校保健に御理解・御協力頂き、ありがとうございます。

年度当初の保健関係書類や尿検査検体の御提出、ありがとうございました。今後も保健関係書類でお渡しするものがありますので、引き続き御協力をお願い致します。

☆「結果のお知らせ」を受診の必要のある児童に配布します。(歯科検診結果は全員に配付します。) 検診終了後  
お便りがない場合は「学校の検診では異常なし」ということですので、御承知おき下さい。

■現在、配付済のもの・・・視力検査結果（B以下の児童にお知らせしています）、聴力検査、尿検査結果（二次対象者）

※発育測定の結果は、運動器検診の結果を記入後配付します。

■まだ配付していないもの・・・眼科検診（5/9 検診）、心臓検診（5/13 検診）、内科検診（5/16 検診）、耳鼻科検診（5/20 検診）、  
歯科検診（6/18 検診）

お子様が「結果のお知らせ」をもらってきた場合には、受診をお願い致します。特に、眼科・内科・耳鼻科検診は入水による悪化・二次感染を防ぐため、早めの受診がよいです。(今年度のプール開きは6月16日(月)予定しています。) 受診後は用紙を学校まで提出をしていただきます様、お願い致します。

☆プール学習実施するにあたり、お子様の健康状態の把握のため「水泳学習事前健康調査・参加同意書」を配付  
します。(5月8日配付予定) 5月16日(金)までに記入し提出をお願い致します

