

ほけんだより



令和5年5月1日 発行
東山小学校 No.2

5月に入って風もさわやか、気持ちがいい季節になりました。でも、朝と夜はけっこうすずしいのに、昼間は日ざしが強くて、ちょっと汗をかくくらい暑さ…この時季は、そんなふうに気温が1日の中で大きく変わる日もあります。このようなときは、着ている服でこまめに調節したり、汗をふけるタオルを準備したり、体調をくずさないような工夫をしてみましょう。

しんたいそくてい

身体測定をおこないました

ひがしましょう
東山小の
へいきん
平均です



	男子身長 (cm) ・ 体重 (kg)	女子身長 (cm) ・ 体重 (kg)
1年生	116.1 cm 21.0 kg	115.4 cm 20.7 kg
2年生	121.5 cm 23.9 kg	121.1 cm 23.0 kg
3年生	127.9 cm 26.2 kg	126.6 cm 25.6 kg
4年生	135.9 cm 31.6 kg	132.3 cm 29.5 kg
5年生	137.0 cm 31.3 kg	140.1 cm 32.4 kg
6年生	144.1 cm 36.0 kg	149.0 cm 40.3 kg

5月もあります!健康診断



健康診断は、自分の体に向き合い、健康について考える大切な時間です。自分では気づかない病気や異常を見つけることができます。健康診断の結果は、「健康手帳」や「受診のおすすめ」でお知らせします。病気や異常の疑いがあった場合は、早めに医療機関を受診しましょう。

予定	1年	2年	3年	4年	5年	6年	準備物・注意事項
歯科検診	5/19 (金)	5/19 (金)	4月に実施済み				・歯をていねいにみがく
内科検診	5/26 (金)	5/9 (火)	5/26 (金)	5/9 (火)	5/26 (金)	5/9 (火)	・体操服 ・結核検診問診票
尿検査	回収日：5/8(月)・9(火)・10(水) 予備日：5/24(水) ※6年生は修学旅行のため5/30(火)						・尿スピッツ、紙コップ ・回収日の朝、最初の尿をとる。 (生理中の女子は、予備日に提出をする。)
心電図検査	5/8 (月)			5/8 (月)			・体操服 ・心臓検診調査票

尿検査方法

尿スピッツ・紙コップは5月2日（火）配付です。

目的:尿の色や成分(たんぱく質や糖、血液)などを調べます。

とり方:① 回収日の前の日の夜、必ずおしっこをしてから寝る。

② 朝、起きたらすぐにトイレへ行く。

③ はじめに少し、おしっこを出す。

④ おしっこを紙コップにとる。

⑤ 紙コップの中のおしっこをスピッツに入れる。

⑥ スピッツのふたをしっかりと閉める。(もれないように注意!)

※生理のため回収日に提出できない場合は、担任または養護教諭までご連絡ください。



スクールカウンセラー 加藤 可菜 先生

今年度も東山小学校に来ていただきます。学校生活や家庭生活での悩みや困っていること、心配なことなどを何でも相談することができます。相談の内容は、固く守られますので、安心して相談してください。

【1学期の来校予定】

5/26(金)9時半~16時 6/16(金)9時半~16時

7/7(金)9時半~16時 *相談時間は1時間程度です。

【申し込み方法】

担任または養護教諭まで連絡してください。

児童も保護者も相談することができます。



保護者のみなさまへ

健康診断の結果と受診のおすすめについて

健康診断の結果、病気や異常の疑いがあった場合には「受診のおすすめ」の用紙をお渡ししています。(歯科検診の結果のみ、疾患の有無にかかわらず、全員に配付しています。)用紙を受け取られましたら、医療機関への受診やかかりつけ医に相談されるなどの対応をしていただきますようお願いいたします。なお、学校での健康診断はスクリーニングです。かかりつけの医療機関での詳しい検査や検診の結果が、学校での結果と誤差の出ることもありますことをご了承ください。また、今年度の健康診断の結果として用紙をお渡しいたしますので、定期的に医師の診断を受けている場合は、保護者の方が用紙を記入し、学校へご提出ください。