

# すこやか

保護者の方へ

2026. 4. 27  
藤沢小 保健室

新学期が始まってもうすぐ一カ月です。新しい学年やクラスに慣れましたか?なかなかなじめなくて、学校に行くのがつらくて遅れてくる子、お休みする子もいます。とつてもつらいことなので、おうちでかかえこまないで、支援担当の今野先生や学級担任、保健室まで遠慮なく相談してください。(0466-25-7533)

スクールカウンセラーを紹介することもできます。その子に合った支援をしていきます。

子どもたちもだいたい疲れているようです。朝、起きたときの様子を見て、元気や食欲がないなどいつもより具合が悪いときは、くれぐれも無理に登校させることのないようにご配慮くださいますようお願いいたします。

ゴールデンウィークが始まります。いろいろな予定があるかと思われませんが、家族そろって毎日の体調管理、手洗い、必要なときはマスクを着用するなど感染防止を心がけ、無理のないように過ごしてください。

ゴールデンウィークも



規則正しく過ごそう

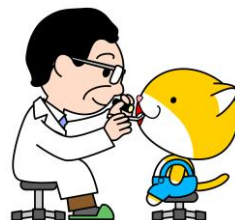
## けんこうしんだんがつづいています！

5月もたくさんの健康診断があり、お医者さんによる検診もあります。ご家庭でのご協力をよろしくお願ひします。先月号でもお知らせしましたが、学校での健康診断や検診は「スクリーニング」として「疑いのある子」すべてに「おしらせ」を出しています。その結果、再検査や受診をしたけど「異常はなかった」といわれることもござ承くください。視力検査についても「毎年様子を見る」というお返事がくることありますが、0.7以下とメガネの調整が必要と思われる場合は「おしらせ」を、歯科検診は受けた子全員に「結果のおしらせ」を出しています。

### 4月末～5月の予定

27日(月)	視力検査6年1組・2組
28日(火)	視力検査6年3組・5年1組
30日(木)	視力検査5年2組・3組
1日(金)	視力検査4年1組・2組
7日(木)	視力検査4年3組・未検者 尿検査容器配付(前回未提出者と再検対象者)
8日(金)	視力検査3年1組・2組 尿検査提出(前回未提出者と再検対象者)
11日(月)	視力検査3年3組・2年1組
12日(火)	視力検査2年2組・3組
13日(水)	視力検査1年1組
14日(木)	歯科検診 全学年(8:50～)
18日(月)	視力検査1年2組
19日(火)	視力検査1年3組
20日(水)	視力検査1年4組・未検者
21日(木)	耳鼻科検診2・4・6年(9:15～)
27日(水)	内科検診4年・5年1組・2組(13:20～)
29日(金)	内科検診3年・2年1組・2組(13:20～)

視力検査・・・  
メガネを使っている子は、わすれずにもってきてください。  
今年度も使ひすて「目かくし」をつかひます



内科検診は、4年生以上は中村志津子先生、3年生以下は山田峰彦先生がみてくださいます。このようにシャツの下から聴診器を入れることがあるので上下わかれた洋服を着せてください

### 5月にお世話になる学校医の先生方

歯科・・・鈴木 聡行先生(鈴木デンタルクリニック)  
内科・・・中村志津子先生(釜苧内科・小児科医院)

耳鼻科・上野 則之先生(上野耳鼻咽喉科医院)  
山田峰彦先生(やまだ内科クリニック)

# 健康診断を役立てよう

保健室から、健康診断の結果を皆さんにお知らせしています。今年の結果はどうだったかな？もしかして「結果を見ていない…」なんてことはありませんよね！

健康診断は、体が順調に成長・発達しているかどうか、詳しい検査や治療が必要な病気が隠れていないかなど、あなたの今の体の状態を調べるために行っています。自分の健康について知るための大切な手掛かりですから、きちんと結果をチェックし、健康維持に役立てましょう。

受診や詳しい検査などをすすめるお知らせをもらったら、なるべく早く医療機関を受診しましょう。



4月下旬～例年より暑くなる日がふえてきました。

お茶や水を入れた水筒を持ってきましょう。学校の水道は毎日水質検査をされていて安全なお水ですが、あまり人気がありません・・・噂によると「北校舎の水はつめたくておいしい」らしいです。

## そろそろはじめましょう 熱中症予防

5月は熱中症シーズンの始まり。急に暑い日が出てきて、暑さに慣れていない体がついていけず、熱中症になりやすい時期です。暑さに負けない体づくりをはじめましょう！



手やからだをせいけつにしていると「かぜなど」の感染症を予防することができます。あせをかくので毎日お風呂に入り、からだだけではなく、「髪の毛」も、きれいにあらいましょう。