



# ほけんだより



令和 5年 4月 7日  
 大田区立清水窪小学校  
 校長 竹花 仁志  
 養護教諭 松井稚江美

ご入学・ご進級おめでとうございます。

うらかな春の日差しに色とりどりの花が咲く季節になりました。「咲く」という漢字にはもともと「笑う」という意味があるそうです。

子どもたちの笑顔があふれる学校生活となるよう保健室からサポートしていきます。<sup>まついちえみ</sup>松井稚江美と申します。一年間どうぞよろしくお願いたします。



## 定期健康診断が始まります

4月から6月にかけて、学校では定期健康診断が行われます。身長や体重は、お子様の成長を身近に感じられるものの一つではないでしょうか。「健康診断は、自分の体の様子を知るチャンス」として、ぜひともご家庭でお子様とお話していただけたらと思います。

また、学校で行われる健康診断は、あくまでも病気の疑いの有無を調べるためのものです。結果で気になる点が見つかりましたら、できるだけ早くお知らせいたしますので、医療機関で詳しく検査し、必要に応じて治療を行っていただきたいと思ひます。

健康診断の日程につきましては、ほけんだより裏面をご覧ください。

提出物	提出日
①保健調査票（兼 結核問診票）（全学年）	●1年生・・・①②③ ●2～6年生・・・①②
②家庭緊急連絡票（全学年） ●1・3・5年生は、新しい用紙に記入。 ●2・4・6年生は、前年度の用紙に変更がある場合には赤で書き直す。	<b>4月11日（火）まで</b> 記入漏れがないようご確認をお願いいたします。
③心臓検診調査票（1年生）	提出物が多くお手数をおかけしますが、よろしくお願いたします。

※春休み中に新型コロナウイルス感染症やインフルエンザ等、感染症と診断された場合には、登校された際に「出席停止解除願ひ（保護者記入）」を担任へご提出ください。様式は本校ホームページに掲載されています。（紙の用紙が必要な場合は、担任または養護教諭までお知らせください。）

## 元気をチャージ



子どもたちにとって、4月は新しい環境で知らず知らずのうちに体が疲れ、病気に対する抵抗力も落ちてしまう心配があります。朝だけでなく夕食時のお子様の様子にもご注意ください。いつもと違うと感じた際には無理をせず、休養を十分にとるよう願ひします。

また、精神的な疲れが原因で体の調子を崩すこともあります。ぜひお子様が学校から帰ってきたら、学校での様子やお友達との様子など、たくさん話を聞いてあげてください。

### 元気になるには・・・

- ゆっくりお風呂に入る。
- ぼんやりできる時間をつくる。
- 早めにふとんに入る。
- 好きな音楽を聴いたり本を読んだりする。
- 一日の出来事を話す時間をつくる。



## <健康診断 日程>

### 発育測定（身長・体重）

4月7日（金） 4・5・6年  
4月10日（月） 1・2・3年

- ★体育着で計測します。
- ★体育着を忘れないようにしてください。
- ★身長が正確に測れませんので、頭の上の方で結ぶ髪型はしないようにお願いします。



### 内科検診

4月17日（月） 3・6年  
4月24日（月） 2・5年  
4月26日（水） 1・4年

★内科校医 やまもとせんせい 山本先生 午前10:30～

体育着を忘れないようにしてください。

### 視力検査

4月11日（火） 3・5・6年  
4月12日（水） 4年  
4月13日（木） 1・2年

- ★眼鏡を持っている人は、忘れずに持ってきてください。

### 聴力検査

4月12日（水） 3年  
4月18日（火） 1・2・5年  
★4・6年は行いません。

### 腎臓検診（尿検査）

5月1日（月） 全学年

- ★午前9時ごろ回収にきますので、お忘れのないようお願いします。
- ★4月28日（金）に容器等を配布いたします。

5月2日（火） 1次検査予備日  
5月19日（金） 2次検査  
5月22日（月） 2次検査予備日

### 歯科検診

4月20日（木） 全学年

★歯科校医 むらたせんせい 村田先生 午前9:00～

### 眼科検診

5月9日（火） 全学年

★眼科校医 おかもとせんせい 岡本先生 午後1:05～

### 心臓検診（心電図検査）

4月27日（木） 1年・該当者  
午前9:00～

- ★体育着を忘れないようにしてください。

### 耳鼻科検診

5月11日（木） 全学年

★耳鼻科校医 くどうせんせい 工藤先生 午前9:00～